

# שוק השוק

מערב לילדים בעמודים 21-23



מכירת מוצרים

# EXCLUSIVE\*

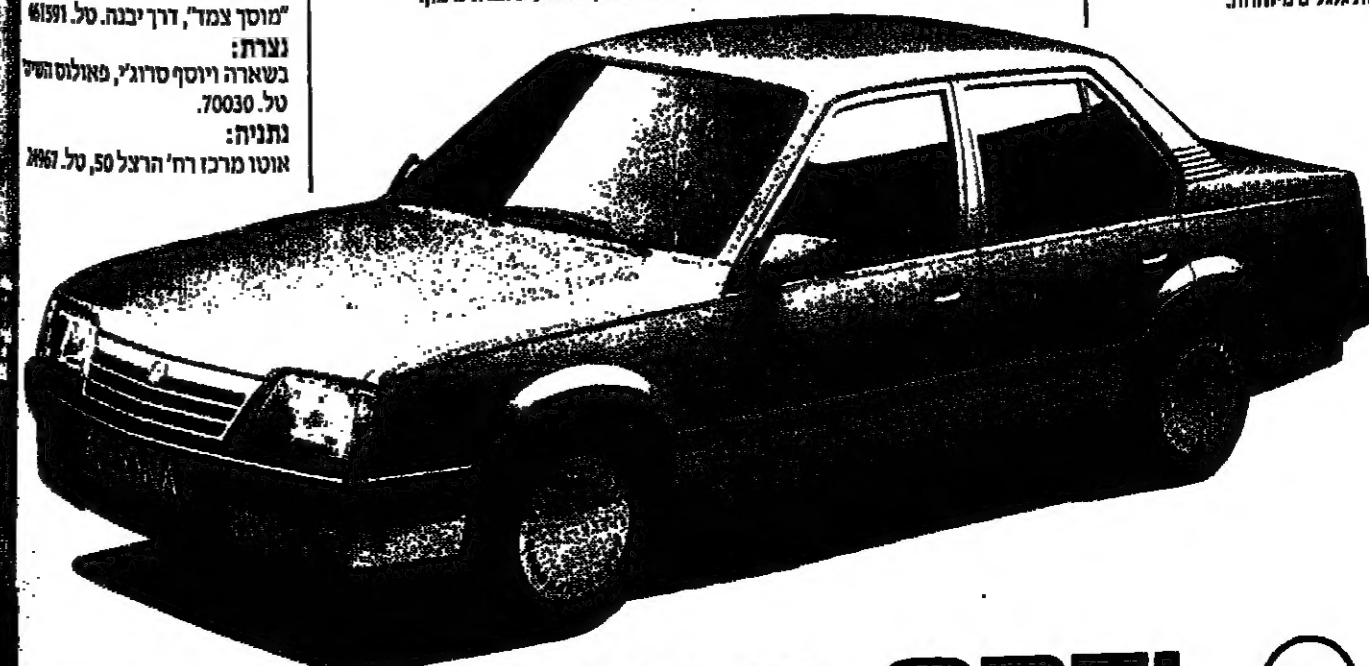
\*סדרה יוקרתית שעוצבה במיוחד למדינות השוק האירופי. כמות מוגבלת גם בישראל.

## יותר ציוד בפחות כסף

דגם	מחיר מחירון	מחיר מבצע	הרווח שלך
אקסקלוסיב 4 דל' 1.6S גיר רגיל 861U8	39,734 ש"ח	35,765 ש"ח	3,969 ש"ח
אקסקלוסיב 4 דל' 1.6S אוטומטית 861U5	43,494 ש"ח	39,146 ש"ח	4,348 ש"ח
אקסקלוסיב 5 דל' 1.6S אוטומטית 841U5	45,092 ש"ח	40,582 ש"ח	4,510 ש"ח

הוא סך, צבע מטיל ומזגן בחסות מחיר. חבנות מוגבלות. חבנות רישיות לחסיק את המבצע בכל עת. למי שהייתה חבונה מספר 14/88

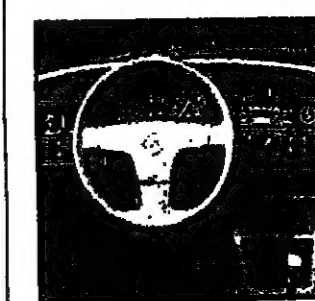
בנוסף אפשרות לשלם עד 88% נמחירי המכונית (לא כולל מע"ט) באמצעות חברת מימון.



OPEL

Backed By The Worldwide Resources of General Motors

ליאו גולדברג בע"מ המניע להצלחת אופל בישראל



אקסקלוסיב - לא רק בשם:  
\* רישור פנימי קניין מסווג  
\* גלגל חגה ספורטיבי בעיצוב מיוחד  
\* תאורה פנימית מיוחדת  
\* חשיפת כובי תאורה פנימית  
\* 2 מראות חיצוניות בצבע תואם לצבע המכונית.  
\* פסי קישוט לאורך המכונית.  
\* צמיגים 165R-13  
\* צלחות גלגלים מיוחדות.



# שניידר



הניכוש וההכרה ההדדית של הסגל ואף לא בסיום השלב המוקדם. לי גר אה שיש היום בסגל הלאומי חבונה של ברוסלנים בעלי כשרון רב, שמ סוגלים לשאת על כתפיהם את תבנה רת אל עתיד חוריר יותר. אפשר היה לראות זאת גם בהפסדים, כמו בניצ' חון. אפשר היה לגלות את הרת הקי בצותית ואת הוצון לשחק ולהצליח. יש כמובן מקום לשיפורים, אולי גם לכמה שינויים. כשאני מביט על הסגל ככלל, אפשר לגלות בו את הצדדים הטובים שבכדורסל הישראלי, תוצרת סגל-לכו.

לא רק בקליין דיינקרנץ חלוי עתיד הנבחרת הזאת. גם לאיצור הכי דורסל יהיה מח לתרומם להצלחה. גם על המועדונים מוטלת תוכה בעניין הזה.

## צעד ראשון

בשנים האחרונות, הציעו רבים, במיוחד אחרי כשלונות בסדרגרים שר גם באירוסה והירידה, פעמיים, לדרג ב' להחליף בתוכנית רצינית ולטווח רחוק, שתמקדה להחזיר את הנבחרת למקום הטוב באירוסה.

שבו אחרי שבו המשיך הכדורסל לעצב בשיטת הסגל - מאמן למשי מה אותה ואם ניכשל בה - והחליף סוד גות אימונים, רק זמן קצר לפני טור' גיר' חילופים רבים במגל הנבחרת. הכל נעשה במהירות ומבלי לחשוק מחשבה עמוקה.

היום, כך נדמה, חל שינוי מהותי בדרך המחשבה של סגריטי הכדורסל. ראשית והחשוב מאמר על באיצור, ולי קליין, שיעבור רק באיצור, וזה כבר היה הדבר הנכון לעשות.

אבל בכך אין די, ולי ודאי יכין תוכנית פעולה מדוקדקת ומקצועית, אשר תצטרך לצאת לשועל במגרש ולא רק על הנייר. כדי שזה יקרה, תצטרך ההחלף האיצור לשנות כמה טעמים בתוכנו, בנוגע לתשועת שחקי גים בנבחרת, לפגישות, ולאיומונים, למשחקי מבחן, במהלך העונה. הנבחרת רת אינה יכולה לשבוק חיים במהלך השנה ולהתערדר סגל' ליציאה למשי' מה.

גם אם הדבר ידרוש עצירת משחקי הליגה, או דחית משחקים, הנבחרת חייבת לתפוס את המוקט הראשון בס' דר העריות, לא רק של עסקני האר' גוד ומאמני הסגל, גם של ראשי האגר' ורת.

כולם צריכים לחזות שבו למשי' מה שהיא כעת המשימה הלאומית בכי דורסל.



איי-קום להגדיר את הופעת נבחרת הכדורסל בקדם אולימפי בהולנד כשלון אישי עתיד לשחקני הסגל הזה, יש כשרון, יש מקום לשיפורים. כל הגורמים חייבים לתכנן כדי להציע את הנבחרת חזרה למקום טוב במרכז אירופה

## מוטי רוזנבלום (הולנדר)

קשה להגדיר את הופעת ישראל בסורניר וקדם-אולימפי בכדורסל, כבישלה. הרי ידענו ערב צאתה של הנבחרת להולנד שהסיכויים לזכות באחר משלושה הכרטיסים לישראל, הם אפסיים וגם המטרה המוצהרת - לע' לות לפועל לשלב הנמר ברוסדראם - קשה כשמדובר בבכך ששתי חזירות העקירות שלנו שגם נשאו עיניהן לכרטיסים האולימפיים, הן יוגוסלאוו יח ויחן.

עדיין נוכי כנראה רואים זאת גם המאמנים ולי קליין ומשת ויינקרנץ) לראות בסורניר, מבחינת ישראל, מה נה אימונים רציני ראשון לקראת הע' ון חורש שבנבחרת, עירן והנבחרת המ' ורשקות ובמסגרת תוכנית לטווח רחוק, כדי להחזיר את הכדורסל הישראלי לדרג הנבחר של אירוסה.

אם כך נראה את מה שותנהש בסרטותבוס - המטרה אכן הושגה. יש כשרון.

לא סוד הוא שהנבחרת טובלת מא ומתמיד ממחסור כרני במשחקי מבחן, מאבקים בינ'אריים רשמיים, וחור' מים ליבוש הקבוצתי ומעניקים ניסיון לשחקנים הצעירים. המאבקים עם יר' גוסלאוויה ויחן והניצחון הנאה כשל' עצמו על הנורווגים, תרמו תרומתם לכבייה היסודית שמתכנן קליין, לקר' את המשימה החשובה באמת: משחקי דרג ב', במאי בשנה הבאה.

העשרון שחייב, לרעני, להנחות את המאמנים, כוכבת הנבחרת, קשור קשר אמיץ לסגל השחקנים שנטל חלק בסורניר סרטותבוס. אם הנבחרת תש' נה מניה ושחקנים יתחלפו מרי חורש וממשימה למשימה - אי נפסדי את

## שופטספורט

<p>עורך: אלכס דודון עריכה: טובי מולק עריכה גרפית: לסי קוממי, יואל אומיר צלם: עדי אבישי עורך מדור הספורט: אבי בטלחיים</p>	<p>בשיעור אין צורך בתוכנים: גלולת מכל הנבטים, הדגלים והחצות. ויטאמינים. חלק בליו נמד כיום מהספורט (ניצלם עדי אבישי חצור באיריבת "ספורט אביז" מליא)</p>	<p>מה בגליון 4-15: אמיר בית קרבות אי. 6-7: ויטמינים בספורט: 18 דרין משיד' 9: טויסון 12-13: מוסדה שטיי גראק 14-15: שועה חולק' 16: 3 קודרות 17: שואל' 18: טוט. 20: מבנות</p>
--	--	--

שופטספורט

## מלון רזידנס

נתניה 053-623777

מבצע מיוחד

202 ש"ח סופשבוע 3 לילות (ה'א')  
238 ש"ח אמצע שבוע 4 לילות (א'ה')

על בסיס חצי פנסיון  
המחיר לאדם בחדר זוגי  
המחיר כולל מע'מ  
תוקף המבצע עד 24/7/88

מלון גליל נתניה  
בסגנון מועדון נופש  
240 ש"ח סופשבוע 3 לילות  
275 ש"ח אמצע שבוע 4 לילות  
הזמנות: 053-623777

★ קברט  
★ תצוגות אופנה  
★ מחול אירובי  
★ מועדון לילה  
★ משחקי חברה  
★ מיני קלאב  
★ לילדים  
★ כדורסל מינג  
★ מונג  
★ ועוד...

מסקיף לים, בריכת שחייה מרווחת, קפיטריה, בר

★ המחיר על בסיס חצי פנסיון לאדם בחדר זוגי  
★ המחיר כולל מע'מ  
★ בתוקף עד 24/7/88

ידד במוסקבה  
מזל איילה  
שש כנפיים לאחד  
תלוש הזמנה  
לכבוד ספרות מעריב  
רח' החילוון 3, רמת-גן 522-52  
נא לשלוח אלי את הספרים המסומנים ב"א"

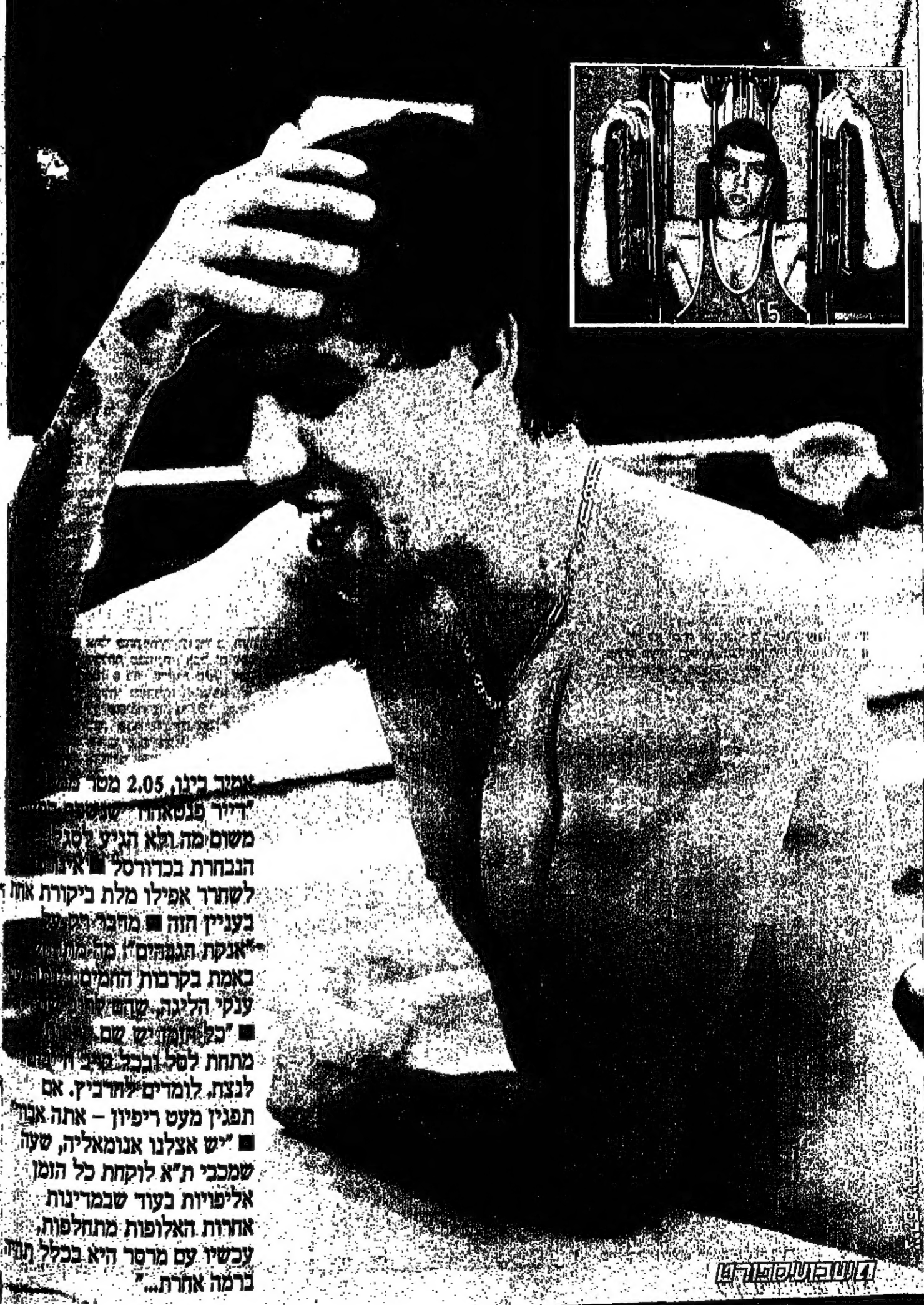
מזל איילה  
שש כנפיים לאחד  
ספרים מבית טוב

להשיג בחנויות הספרים ברחבי הארץ ובחנויות ספרות מעריב:  
ת"א, דרך מ"ת 72 א'  
חיפה, בן-יהודה 29  
ירושלים, הלל 16  
ב"ש, קק"ל 90

מזל איילה



# אך לא מלה על הנבחרת



אמיר בינו, 2.05 מטר - יליד פתח תקוה, ששיחק בנבחרת הנבחרת בכדורסל לפני שנבחר לנבחרת ישראל. הוא שיחק בקבוצת הפועל תל אביב, וזכה בתואר אליפות ישראל. הוא נבחר לנבחרת ישראל על ידי המאמן אריק ריימן.

## קובי שם טוב

כשנבחרת ישראל היתה עסוקה בימים האחרונים בקדם אולימפי, היה אמיר בינו טרוד בחזית ובטפסי ביטוח, בחברת "ציון", שבה הוא עובד כפגרת הכדורסל. אפילו אם היה הוסטס המוצלח ביותר של החברה, לא יכול היה להנמיך תעודת ביטוח להצלחת הנבחרת. אבל מנחה של 2.05 מטר, וזים אחרת.

ובכן הנבחרת נסעה וכינו נשאר ברמת גן. יש מי שהיו מצליחים כל המסר, כדי לבקר את אופן החרת השחקנים. אמיר מעריך לשחק, בהודו מיר, בצורה שאינה משאירה מקום לספק "אף מלה על הנבחרת" - ויותר לא יצאה מלה זו מפיו. אם יש מי שמרגיש שנעשה לו מה עוול - שיקים. בינו לא מתכבד.

## אמרו לי: "כאן המקום שלך"

אמיר "יש אולי שתעוררו ונכרי בי העונה, כי הוא היתה די מצולחת מבחינת. אבל גם לפני שחי עונות נחתי שבה טובה. הבעיה היא, שבין שחי העונות הללו סבלתי מפגיעה וחיכולת לא היתה כל כך גבוהה, כי ששוכחים ואני מבין זאת. ספורט הוא מקצוע אכזר, שבו שוכחים מה עשית לפני שבע, מלא שלא זוכרים מה עשית לפני שנתיים. חזק מזה, אז חיינו בתחילת חודש כבר מצב אחר. כשאתה בצמרת, מתייחסים לקבוצה אחרת וגם השחקנים מרגישים אחרת. העונה הייתי יותר יציב והתחלתי לקבוצה".

אבל גם רמת הנבחרת בקבוצות האחרות עלתה.

טוב, מרגלים. מאז שאני משחק כדורסל, לקחתי ושמתי אותי מתחת לסל. אמרו לי: "זה המקום שלך. עכשיו תשחק ואם לא תילחם, אין לך מה לעשות מזה".

המלחמה שלך היא קצת שונה מאלה שמשחקים בחוץ. אתה רואה רק אמריקנים ועתוריים. אלה קרבות מוגזג אחר. מה קרה מתחת לסל?

"זה שמתרחש במאבקים עם חורים, שונה ממה שמכיר כל שחקן חוץ. אמור לגלות כלבים סימני חולשה, אפילו לרדע אחר. אם אתה מפגין קצת ריפיון, זה אכזר. כל הזמן קרבות וכל הזמן צריך לנצח בהם. אם התמזל מזל, הלך בזה, לפעמים, משחק שלם כניל אם לא תיתק ריבאונד גורלי ברגה. חוץ מזה, הם משחקים חזק ומריצים. למרות מהם ואני מריבין כמותם. מה שכן אני לא מקבל אותו יחס מהשופטים. משום מה, לשופטים תמיד נראה שהשחקנים יכולים ללכת ביניים מבחינה חששית. אתה על אחר וללבוש לא תמיד מותר להשתות. בהצגה לפעמים אני רואה שחקנים רבים זה עם זה, ואין שריקה. אבל כשאני משחק קצת חזק, מיר אני מקבל שריקה. אני לא מרגיש הוכחה על הישגים - זו פשוט הדרגה שלי. דווקא רמת והשימוש עלתה העונה, אבל בכל הקשור למאבקים מתחת לסל, השחקנים מקבלים יותר אפשרות ללכת מבחן. אני גם לא רוצה שיבינו לא נכון אין אלימות

## החמישיה שלו

חמישיית העונה של אמיר בינו מורכבת מחמישה אמריקנים, שנשלמים לו מהמותן, בכלל כלי בעיות: מרסר, ויפסון, ג'יפ, פריימן ובריאד לוף. וחלבת קצת בין לוף לטאונס, אבל סיום העונה המוצלח של לוף - הבריק. עם החמישייה הישראלית היו יציב בעיות: "תראה, אני לא אכזר את עצמי ולכן החמישייה שלי היא: עמנוס פרישמן, למרות שאם עמי נאווה היה בריא עד סוף העונה, הייתי בוחר בו. חיים ולפיקמן, דודן ג'מצי וגרם הנפלי - שלושתם היו טובים, זו הבעיה, אבל אני מבנים את שלושתם לחמישייה ומגר עם עושר מלישייה.

זו החמישייה לא מאוחדת. "זו בריוק הטיבה שמכירים חיים. או שאני יכול לשחק עם ולאוין אותה".

מתחת לסלים, רק משחק נוקשה. צריך הרבה כוח כדי לעמוד בו. אתה דוגמא איר ורונברג למשל, הוא שחקן שבני טוב, בטח לא חלש ושבירי. כשהוא ממעיל את הנשמה שלו, ויש לו, הוא מתאם נעשה חזק מי שניים. הוא משומקם, כוחות חרישים. זה מצב שגם מרגים אותו. אני משחק עם הרבה לב. משקיע המון נשמה - וזו מהווה תוספת לכוח המשיך.

רבה הצלחתם להדיק גם את חורים. "אצלנו חורים השתלבו יפה, חברות ומקצועיות. זה גרר אותם למשחק נשמה. אם שחקן כמו מאיר, בן גל, מונק למאדקס, זה אומר שהשחקן עליו, רוב השחקנים בעניין הזה מניע לכור, נרדף עמי נאווה, אבל גם לאפי בירגובים המאמן יש חלק במסיוואציה והתחלחות שלנו. גם להנהלה שראנה שהכל ידפוק כמו שצריך. כשאין בלאטן כמו בחופעל ת"א, הראש פני למשחקים".

## יוסטון - אחד הטובים שהיו כאן

גבר מי קשה לך לשחק במיוחד? "גבר רונברג יוסטון מיהיה זה היה הכי קשה. אחד השחקנים הכי חזקים. אם הוא לא היה בחיפה בעונה הבאה, הם יצטערו מאד, כי מרוב כוחו חורים הכי טובים שהיו כאן אי פעם. ייתר קשת מאד להכיר מישות אחר ברמת של".

על המונח בסלון ביתו, תמונה של אמיר, שצולמה מיד לאחר הניצחון על הפועל ת"א, ככפר המכביה. זה היה בתחילת הדרך, כשהניצחון הוצא נחשב הפתעה. בינו נראה שם, מחובב עם ליאור

## "סקופ": ההתחלה בהפועל גבעתיים

לא ייאמאמיר בינו תחיל את חקיייה שלו בהפועל גבעתיים. "עד היום לא גיליתי זאת לאיש... לאף אחד. אבל זו האמת. בחיפון, שחקתי שם בנעורים, רק בגיל 16 עברתי למכבי ר"ג. אורי ברצורי היה אז מאמן בנבצתיים ומכבי ר"ג ביקשה ממנו שיעני אליה את כרטיס השחקן שלי. לקח זמן והעונה הראשונה הייתי שם בלי כרטיס, אבל בסוף והעברת סודרה.

עדיין אין לו תואר - פרס לאלימות בני הספר, במיר "תיכון בן צבי", יחד עם עמנוס פרישמן. רבע המגר בקראד' עם מכבי ר"ג זה לא תואר".

על הכושר בפגרת חקיי, וירחם מהכורה, הוא שומר בחדר הכה של כפר המכביה את הזמן הפנוי מקריש לבית. עם אשתו ואחיה, מונחין להולדת הניצחון הראשון. מול שום

אריטי. השניים כמעט קופצים מהתמונה לחוך הסלון.

- בכל מה שקשור למכבי ר"ג, אין לך לשעמים הרגשה של פיספוס? יכולתם להיות קבוצת צמרת בכדורסל הישראלי. שמות כמו ג'מצי ויוספן הם רק דוגמאות.

"בשנה האחרונה היתה לנו הרגשה טובה, לאחר כמה שנות מועקה. זו שנה שפותחת לנו מחדש תקווה שאפשר בכל זאת להגיע לצמרת, עם כוחות ישראלים. הבעיה של מכבי ר"ג היא שאין לה אולם. אני מאמין שיש מספיק אוהדים. אולם כמו אוטוסיקן, למשל, יכול להתאים לנו יופי - אם היה ברמת גן. כך הגענו למצב שאנחנו לא יכולים להחזיק שחקנים כמו דודן, או זים פשוט אי אפשר לעמוד בדרישות שלהם, ואז צריך לתת להם ללכת. אני מודה שזה מתסכל להיות, במקרה הטוב ביותר, בשולי הצמרת, אבל זה נכון לגבי כל הקבוצות כאן. הכל בגלל מכבי ת"א. כדורסל אין מצב אחר. בכל עונה יש בשנים האחרונות אלופה אחת. גם בליגות באירופה, מתחלפות אלופות. לוסאנג'לס לקחה פעמיים רצוף את הג'א. וכל אמריקה יצאה מדעתה. אצלנו, זה מצב לא נורמאלי. מין אנאמליה כזה, שמתפקדת הפוך. מכבי ת"א כל הזמן אלופה והכל זורם אליה. גם דודן, גם זים ועכשיו מרסר. יחד איתו, הם בכלל ידיו ברמה אחרת".

זו אף לרעך? תיראה הליגה בעונה הבאה? "מאוד פתוח להגיד שמכבי ת"א תהיה שוב לא מתחרים, אבל אי אפשר לדעת מה יהיה. כל מה שאני עכשיו זו רק טפקולציה. חולון עוד לא הביאה חיים. הגילוי תהיה טובה. לא ברור מה יהיה עם הפועל ת"א".

## אל דאגה: תהיה הפועל ת"א

- מי ידע, אולי לא תהיה הפועל ת"א. "זה לא יקרה. אם מכבי ר"ג, שכל עונה יש לה מחדש בעיות כספיות, מצליחה להעמיד קבוצה, אז הפועל ת"א לא תצליח - שאישי לא יראו. להפועל ת"א תהיה טובה זה ברור".

ומה יקרה עם מכבי ריג? "גם את זה אי אפשר לדעת. אם בתנהלה יידעו להרים את הקבוצה, כמו שעשו בעונה האחרונה, יהיה טוב. אני מאוד משהו שליאור אריטי ישרא. עם הרולד קלינג, יש בינתיים בעיות בעניין השכר, אבל צריך למנוע גם אותו. שמעתי שסטן וזנס, מזה אני מרדצה. מאיר בחור זהב - שונה בכל התחומים כמעט מהסטריואוסים והנאי של שחקן חיוס שחור. עונה שלמה לא שמעתי אותו מקלל קלה על הלשון לזרים, ואפילו הישראלים כבר מקללים חופשי. מאיר - לא, גם מקצועית הוא בסדר. אמנם לא מנער גבוה, לא מהיר ולא עושה דברים מדהימים, כמו פרימן למשל, אבל נותן מאת אותו בכל משחק. כולל במשחקים האחרונים של העונה, כשכבר היה פצוע".

אתה לא מרוסבל לפעמים מכך שכל חורים זואלת באים לבאן, אוספים משכורות עתק, מקבלים יחס מעולה ואחרייך חולבים? אי הישראלים מתייחסים קצת אחרת, אם נאמרי בעניינות.

"מכבי ר"ג יש לי כבר המעמד שלי. חיים שמקבלים חורים, בטח שלא פוגע בי. בעניין המשכורות גם הישראלים מתוילים עכשיו לקבל סכומים יפים. בכל מקרה, אני מתכוון לבקש בשנה הבאה תוספת שכר, לאחר העונה הטובה שנתתי. אני חושב שזה מגיע לי".

- ידית קרוב את מכבי ריג? "שאלה היפותטית. אם היה לי שתור והייתי מקבל הצעה טובה ומעניינת, אולי הייתי עוזב, אבל זה יותר מרי. כרגע אני שחקן של מכבי ר"ג ואני ר"ג מרדצה. לגבי המשכורת, כמה שלא תשקל, יהיה המיר מישות שיקבל יותר. בכל ענייני הכסף, השמיים הם הגבול - אז צריך לדעת לקבל כמה שמגיע לך וללמוד להיות מרדצה מזה".

שחקני לך וללמוד להיות מרדצה מזה? ■

שחקנים פתח תקוה

מכבי תל אביב





# איך והגיע לביצועי שיא

## התוסף של ה"כבדים"

תוסף מן רכיבית בנצורה של אבקת שתיה המכיל פרוטאין טבעי, מיוצרת בארצות וקניבלה שם אישור ממינהל המזון והתרופות. היא נמכרת בבתי מרקחת. באחרונה גם הגיעה לישראל, יש בה ריכוז של 22 ויטמינים ומינרלים וכל החומרים החשובים לכניין תנועה, כדי שתשמש את הספורטאים ומפתחי כושר גופני, המתאמנים באופן סדיר במרכזי כושר בהדרגה מאמנים מקצועיים, ודוקים למקורות אנרגיה גופניים וחומרים מזיקי שירים.

לא מומלץ להפוך אותה למזון היחיד שנוטל הספורטאי במשך היום, אלא לשחזר אותה מעטעעניים ביום, לכל היותר, ולאכול לעזוז ארוחת אחר מלאה ביום.

תוסף זה מקובל בקרב מתאגרפים, מתאבקים ומשקלנים, המעוניינים להעזיז ממשקלם לפני תחרויות כרי להיכלל בקטגוריה משקל גבוהה יותר, שבה הם מצטיינים. האבקה מתאימה לכך, כי היא דלה קלוריות (52 קלוריות לשקל) ומכילה את כל החומרים החשובים לגוף.

בשל תכונותיה הדיאטטיות היא מוצעת גם להפחתת משקל.

שיווקי ספורט

כל אחד מהם את ודועו החלשה על לוח שחונה כשיפוע בין 35 מעלות, כשעליו להרים משקלתי, כך שיהי יור מופנית כלפי משה ודועו העליונה מונחת על הלוח. במבחן השני היה עליהם לשכב על לוח כשיפוע של 45 מעלות כשראשם בראש הלוח ואילו לרגליהם חובר שתי משקלות - אחת לכל נעל. המשימה הייתה הדגת הרגליים, כשתן ישרות, מעל לראש. שני מבחנים נוספים נועדו לבחון את כוח הלחץ של הודעות.

במשך שלושה חודשים קיבל זוג אחד תוספות של ויטמינים ומינרלים בעוד חזון האחר קיבל תרופות טרק (מלאסכו) בתוס תוספת זוג חזון והחזון הבחון את יכולתם באותם מבחנים עצמם, וחבר כי חזון מקבל התוספות הגביר כוחו ב-10 עד 60 אחוזים ואילו חזון השני - ב-10 עד 20 אחוזים בלבד. לאחר מכן וחלשו והמקרים חזון הראשון קיבל תרופות טרק והאחר - תוספי ויטמינים ומינרלים. התוצאה הייתה שבתום שלושה חודשים נוספים השתפר ביצועי שני החזנות.

במחקר אחר ירד ודפוס הביח (45-55 פעימות בדקה) בממוצע של 9.1 פעימות בדקה אצל רצי מרתון, שנטלו סבליות ויטמינים, לעומת רציים שנטלו באותו פרק זמן תרופות טרק. ספורטאים שנטלו תוספות כאלו הפחיתו ב-35 אחוז את חומרת מציעיהם וקטינו ב-81 אחוז את היקף יחומיהם, לעומת אלה שנטלו תרופות טרק.

• המחבר הוא נשיא יומכן למדעי הביצועים באוניברסיטת בריקלי, קליפורניה.

המקרים חשבו ביותר בתוכנית תזונה של ספורטאים. הספורטאים הסובייטים, למשל, סמכו במשך שנים רבות על תוספי ויטמינים ומינרלים. מחקרים שנערכו בבריה"מ, הראו שתוספים אלה סייעו לשמירה על בריאות הספורטאים ולחזוקת המערכת החיסונית של הגוף, נגד מחלות.

## לכל ויטמין - ייעוד

ב"מכון למדעי הביצועים" הגענו למסקנה, כי ספורטאים יכולים להפיק תועלת רבה מנטילת שני מקבצי ויטמינים ומינרלים ביום. כמיות נוספות של ויטמין C (2000 - 5000 מיליגרם ביום) בתוספת של ויטמין B קומפלמנט, מומלצים אף הם בתוספות, שבהן משטר האימונים הוא קשה במיוחד. ויטמין A מחזק את שכבת האפיתליה והקרום המכסה את שטח הגרון והמקדיר אל היקבה והמעינים וכך מגביר את יכולת התנגדות הגוף לזיהומים. התסגנות ושפעת, ויטמין C אינו מעניק רק הגנה אפשרית מפני הצטננות, אלא אף מסייע ביצור קולגן, המעודד ריפוי פצעים. כמות ממוקפת של אימונים קשים ואילו ויטמין E מסייע להתגוננות מפני זיהום בקפריאלי ועוד למערכת הלב והעורקים לפעול בזמן שיא.

באחד המקרים המעניינים שערבנו, פוצלו ארבעה מטפרי גוף לתוצה, כך שכל זוג תאם לזוג האחד בגיל ויכולת גופנית. כל אחד מהם תועד סדרה של ארבעה מבחני כוח במבחן הראשון והיה

קרוכות, מדוחים אתלטים על עייפות, התקפת אותם בחלף מנצחת התחרות, לאחר שאכלו מאכלים עשירים בסוכר כמון מאר לזמן הארוך.

גם מירת העמטת התחממות על הגוף שניה במחלוקת: הנהגת הנפץ הוא, החרדת רמת התחממות בגוף באמצעות תרגילים אינטנסיביים ולאחר מכן שמירה על רמה גבוהה זו, במשך שלושה ימים, עליירי אכילת מזון שעיקרו פרוטאונים ושומנים. העלאה של פי שניים ושלושה ברמת הפעימות בגוף, מתבצעת על ידי הספורטאי ב-72 השעות בתחממות. ספורטאים רבים מרגישים לעצביקה ו גורמת לשיפור ניכר בביצועיהם, אולם רבים מצו מתאונים בימים דלי-התחממות שלהם של האימונים קשים מדי בעבודתם.

כתוצאה מתלוננות אלה מצאנו דרך קלה יותר לאגירת תחממות דומה, שאיננה גורמת לשינויים דראסטיים בסדר האימונים והריאה.

• שישה ימים לפני התחרות, על הספורטאי להתאמן באינטנסיביות גבוהה, במשך 60-90 דקות ביום וכן להוריד את רמת התחממות בגוף, בשלושת הימים הבאים יש לאכול ממוקפת בכמות רגילה.

• בשלושת הימים האחרונים לפני התחרות, יש לאכול כמות רבה של תחממות.

• משטר האימונים המומלץ הוא: להנמיך ביום תחממי שלפני התחרות את אינטנסיביות האימונים ולקצר את מישכם כחצי. שלושה ימים לפני התחרות, יש להפחית עוד יותר באימונים וסדרת קשיים. היום האחרון לפני התחרות יוקדש למנוחה.

## תוספות ויטמינים ומינרלים

עירוב, יצור והפצת המזון, השתנו במידות הדורות האחרונים לחלוטין. בעבר נאלץ הכשר, סמוך מאוד לזמן שחיטה הבכמה והפירות והירקות שנרכשו, שעזו אחרות בלבד. לאחר שנקטו כשר, כיום, וחלפים ימים ואף שכועות ממער יצור המון ועד שהוא עולה על השולחן, בזמן זה מצאנו המון רבים מהחומרים המזינים, הדרושים לספורטאי, יקוּת, כמו שעועית ידוקה או ברוקלי, למשל, לגרום לרמת גלוקוז גבוהה ומסוכנת בדם. לעיתים

יש קשר בין ויטמינים לכושר שיא בספורט. הובר שתזונה מותאמת, עם תוספת של ויטמינים, פרוטאונים ומינרלים בצורת גלולות או משקאות מיוחדים, משפרת את ביצועי הספורטאים ותורמת לבריאות הכללית של גופם. "המכון למדעי הביצועים" באוניברסיטת ברקלי בקליפורניה, ממליץ על משטר מזון ואימונים מוגדר ועל תוספים למוזון, כרי שהספורטאים יגיעו ביום התחרות לשיא היכולת הגופנית שלהם. כריא לשים לב

## ר"ר צ'ארלס גארפילד

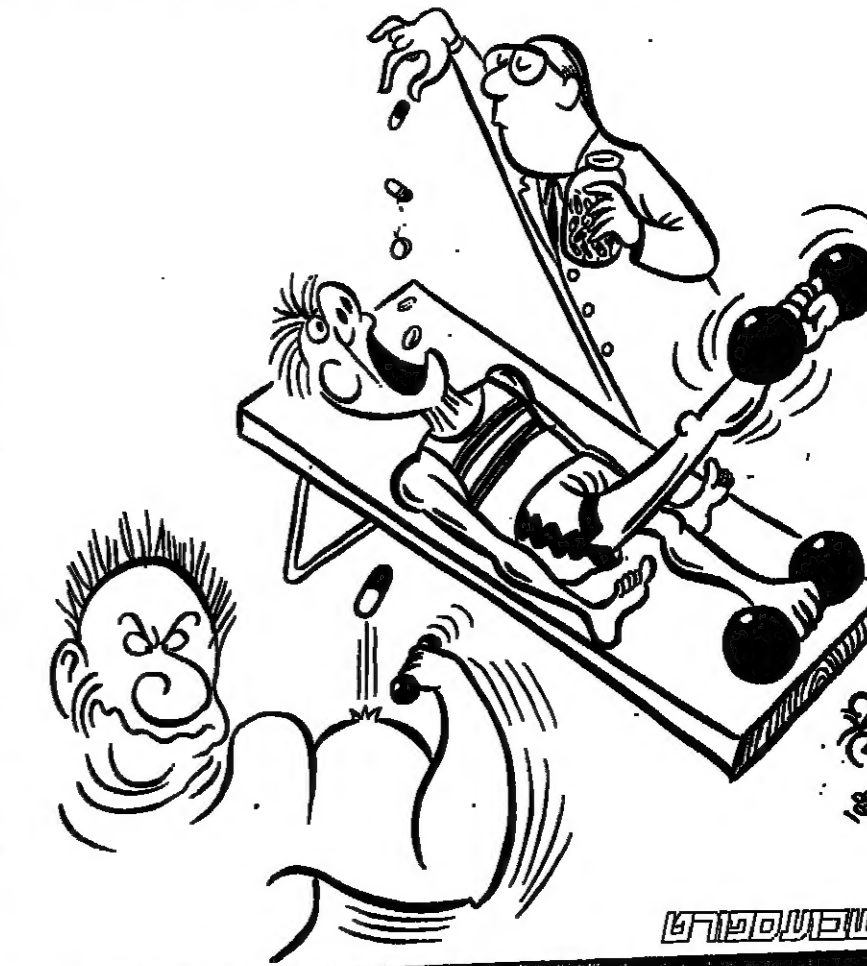
היכוח על מחתה של תזונה הנכונה והקשר שבינה לבין ביצועי ספורטאים, מתנהל עשירות שנים. עוד במאה ה-19 נהגו ספורטאים מתחרים לפנות את המעי הגס, בסרט הללו את אימוניהם - ואת במטרה להחזיק מקיבתם "חומר רעיל". לאחר "השינוי" ועם תום האימונים, הם נהגו לאכול כמיות גדולות של כשר ארום וליחות גם בכירה.

"בשנות ה-60 של המאה ה-19, מדרוח מגאווין הרמפה הבריטי "לגנסט", היה תפריט של צוות שיטי אוניברסיטת אוקספורד מורכב מבשר כשר או כבש, מבושל למחצה; לחם, תה ויורה, בתוספת מעט גלי או גרגרי גול לארוחת הערב. ידוקה היו מוץ לעלות. על חתרי קיימברידג', לעומתם, לא חוטלו מיגבלות באכילת תפוחי אדמה, ידוקה ופירות. התוצאה: שרשרת נצחונות רצופה של האוקספורדים."

כיום, תפריטי הדיאטות הסכונות להביא ספורטאים לביצועי שיא, שונים לחלוטין, למרות שהילוקי הידעות בדבר הרכבם של תפריטים אלו עדיין קיימים. רבים מהעוסקים בטיפוח הגוף (כדי-בילדרס) משוכנעים, כי אין צורך בהגבלת תפריטאית כלשהי וניתן לאכול כל מזון, בתנאי שסיום ההרחה מלווה במשקל המכיל חלבון טבעי וויטמינים. אולם, מפתח שהשגת תזונה אוטומטית איננה כה קלה.

מנסיון עבודתנו עם אתלטים ב"מכון למדעי הביצועים", עולה, כי מוזנות מסויימים, שנבחרו בקטירה ותוך הפחתה ניכרת בתכולת השומנים שבהם, חיוניים לקידום גורל השרירים ותועם. עוד הובר כי, למרות הפיתוי המענג שיש בגאנלים מסוגים, או בקיבוים עתירי סוכר, אין הם מגבילים לספק את הקומרים התזונתיים הדרים, שנוחצים להבאת התהליכים הביוכימיים המורכבים של הגוף לידי מעלת שיא, בשעת הצורך. מחסור ברכיב תזונתי בודד, עולל לחבל ביעילות פעולת הגוף, תבנית רקמות ודפוס או בתפקוד אנרגיה.

ודישותיהם של אתלטים, שהיגים, אצנים ומשפחיות, מנופם, גבוהות בהרבה מאלו של אנשים העובדים בישיבה או אינוסאיים ורצי סופשבוע. והאשונים וקוקים לתזונה נכונה כרי לשמור על תסנה של מערכת החיסון שלהם.



שיווקי ספורט





חימונת של מייק טייסון ששלח את מייקל ספינקס לקרשים, 91 שניות אחרי שהחל הקרב.

# הזירה שלי

עד לא שמעתי על מתאגרף בסדר גודל של מיליוני דולארים, שמלה שלו תהיה מלה. אני מתכוון להצהרה האחרונה של מייק טייסון, 90 ומשהו שניות אחרי שהשכיב את מייקל ספינקס: "אני מרש".



רובין גיבס מחזיקה בימנית של מייק...

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.

שבתון ספורט

## הזירה שלי

עוד לא שמעתי על מתאגרף בסדר גודל של מיליוני דולארים, שמלה שלו תהיה מלה. אני מתכוון להצהרה האחרונה של מייק טייסון, 90 ומשהו שניות אחרי שהשכיב את מייקל ספינקס: "אני מרש".

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.

תוכן גם, שכאשר סופרים 22 מיליוני דולארים, כל הדרך אל הבוק, ביום החולדת ה-22, משהו מרות השטות כגוסת באיש המכרז על פרישה ממעמקי מכרה הזהב הגדול ביותר בתולדות היורה.



## שיחות עם "מר כדורסל" משה לרר

### בעיית הגבוהים תרדוף אותנו...

התמסדים שלנו ליוון וליוגוסלאוויה, חיסלו את התקוות האולימפיות שלנו בכדורסל. מאידך נשא אחרי תקופה ארוכה, שוב אנו רואים ארבעה שחקנים בחמישייה הראשונה של הנבחרת. אחת רואה בזה חיזוש, מייצג דרך.

הבעיה: אינה בעיית השחקנים הישראליים אלא או אנושים. הבעיה הייתה והיא תהיה: שחקנים גבוהים.

אני לא בדעה שהאשמה נעוצה דווקא בחוסר התשוקה שיש לגבוהים שלנו בקבוצות ומשום כך הם לא דומיננטיים בנבחרת. בעיית הגובה, כפי שאמרת, היא בעיית הרדפת אותנו שנים רבות, למעשה מאז שאני מאמן כדורסל, וזה יותר מ-40 שנה.

תמיד חסרנו גובה בנבחרת ישראל וכאשר מצאנו את חני כחמניץ היינו מאושרים. אתריכ באה תקופה הווים ותקופת המתאורחים, ועם כל הכבוד לשחקנים הישראליים - ברוב המקרים היו השחקנים האמריקנים הגבוהים טובים מאלה שלנו ולכן המאמנים שלנו העדיפו את האמריקנים על הישראליים. זה גם טבעי אם אתה רוצה להצליח בגביע אירופה, ומי אינו רוצה להצליח?

ישראלים, בכל התפקידים - אם זה שחקני חוץ או גנים - חייבים לקבל את דקות המשחק שלהם בקבוצות. לא יתכן לבוא לנבחרת הלאומית ולבקש דקות משחק. הנבחרת זה לא ביתי. לשם צריך להגיע מוכנים. לכן חשוב מאוד כיצד יכלול רף קליין את נעדריו הבאים. יתושה, הבעיה היא רק של השחקנים הגבוהים מה עם שחקני החוץ והרבים. היום לא רק של השחקנים הגבוהים. היום אנו חסרים גם שחקני חוץ טובים ובעיקר - רכיו משחק חכמים.

שמענו אותך בדיון בשבוע שעבר, שם אמרת כי אין לחייב שחקן לחופשי במי הנבחרת. אני מבין שהתייחסת לחופשה של לאבן מרסא ולא חופשה של הווי לאסוף.

אמנם כן, כך טענתי, אבל בתנאי מסוימים. בתנאי שלאבן או מאווי ישחקו בנבחרת בצוותא עם הצעירים שלנו. ברגע שבו יוכלו הצעירים שלנו לעמוד על רגליהם בנבחרת עצמם - אפשר יהיה לוותר על שירותיהם של הענקים המתאורחים ו/או העולים החדשים.

מי יתן את דקות המשחק שהסרת לעומר מליישר, חומר ששייך לאו או איציק כהן? כמו שאמרת: חקבוצות. נכון שמי שמשחק במכבי (איציק כהן) יש לו בעיית מכבי קבוצה הישגית מאוד ואין לה זמן לחכות עד שאיציק כהן יהיה בשל כמו שחקן חיוק אמריקני. אבל האחרים - תן דקות משחק רבות לעומר, כמו שיש לו בגליל, והראה שהוא יתקדם. הוא הדין בשטיינהאואר מחיפה.

בנושא הכדורסל והגבוהים חלה מהפכה גדולה באירופה. בנבחרת, שלטנו 30 שנה טיילו במשחקים אותך ונולדו, ויון, נרמזה ואחרות. גילו עניין והתקדמו לאין שיעור בשנים האחרונות. הם חופשו ומצאו שחקנים ממוצא אמריקני, ביניהם גבוהים, כך שלנו - כישראלים - נוצרה בעיית גובה, במיוחד לא של התשובה שיש גם בנבחרת שהודרכו בידי מאמנים אמריקנים. הללו שמו, כמובן, את הדגש על שחקנים גבוהים, מה שהיקשה יותר ויותר על נבחרת ישראל בהתמודדות איתן.

יתושה, באיזה שלב אנו נמצאים עם הנבחרת שלנו? - עצם העובדה שהקבוצה שחקנה בצורה שוות כמות עם יוון, להוציא את דקות הפחיתות, ונאמר שער לדקה ה-28 היה המשחק שקל - אומרת דבר.

לא רואים את המשחק ואני לא יודע בדיוק מה קרה שם. נכון שמשחקים 40 דקות והדקה האחרונה היא הקובעת, אך אם הנבחרת היו יכולה לעמוד כשעה מול אלופת אירופה 30 דקות,

לעמוד כשעה מול אלופת אירופה 30 דקות, לעמוד כשעה מול אלופת אירופה 30 דקות, לעמוד כשעה מול אלופת אירופה 30 דקות,



רף קליין. אחרי שלוש שנים.

## כולם בוכים

עוד לפני יוון קראנו שמדד ההצלחה שלנו למשחק נע בסביבות 30 אחוזים. 70 אחוזים, אלופי אירופה, 30 לנו, הסבכים שנשור לדרג ב' ולא הצליחו להתרומם ממנו.

אחרי יוגוסלאוויה - ולמולנו ניצחנו את נורווגיה, כי אחת מי יודע מה ער היו מוסיפים למסכת הקינות - זה כבר הפך לקאטאסטרופה. אפשר לחשוב שצריך להחליף את הכל מהחללה.

אולי, אבל גם זה לא אסון. לא נולדנו עם כמית כדורסל במה ואין אנו צריכים לשבת שבעה בעקבות הסדר בטוויטה, שמעלם - גם עם נבחרת חזקה יותר שעמדה לרשותנו - לא הצלחנו בו.

מי שטייב אשליות כלשהן, אפילו חקנטות ביותר, עשה שרות דב לעצמו ולאחרים. ברור היה שהאמריקניציה תגוס חלקים חלקים בנבחרת שלנו; ברור היה שהחוקה החדשה של פיב"א, שניטרלה הרבה מההשפעה של זרים בנבחרות שונות, תגמל, בעיקר בנו, כל זה היה ברור.

היננו מעידן של זהב, ששיאו היה המקום השני באליפות אירופה בטורניר 79. ידענו להתרומם יפה יפה על אחת תקופה לא עשיתי חשבון לאיש, כמו שאיש במדינה לא עשה חשבון לדברים אחרים, חשבים יותר מכדורסל (במקום למשל, חיות בני-עדר של שוטים למשך תקופה. די ארוכה. הגיע הזמן לזוור למציאות ולשחק עם הללו שיש לנו ביד.

אז חבל לבכות על חלב שנשפך כי במילא אי אפשר להחזיר את הגלגל לאחור, לומר "גס" בלשון חילדים, לחזק את האווי לאסוף ואת מוטי דניאל לנבחרת ולבקש מחיזוקים להחליף את המשחק מהחללה.

גם הראיונות בעתונות והתאורחים מלאו הצבע המצויים את גודל הכשלון - אינם תורמים מאומה למצב הנחון בלאו הכי. רלף קליין, שקיבל על עצמו את הנבחרת שלוש שנים, חייב להרים את הכפפה. זה אתגר גדול ועצום, ואם הוא הביא את נבחרת גרמניה לחופשה במסגרת שלא ידע שם קודם לכן (כולל חופשה באולימפיאדה) - אין סיבה שלא יעשה את זה עם הנבחרת שלו, נבחרת ישראל.

הגילוד, ועד לפי כך, נשמע טענות בדבר הפחיתות שחל במעמדה של הנבחרת. זה לא חדש. הנבחרת ניגה לרוב כבדו שני, אחרי הקבוצות, ובמיוחד מכבי ת"א, שמעמדה בצמרת הכדורסל המערבי באירופה, נגס בה יותר ויותר.

השיחה השבועית שלנו עם יושע רוזין, נטבה בעיניי המעטת של הנבחרת הלאומית בטורניר הקדם-אליפסי בחולד. יתושה לא ראה וסער או רגש במיוחד אחרי התמסד ליוון - שלמעשה שלח אותנו תבנית, עוד לפני המשחק עם יוגוסלאוויה, שאף הוא חסרונים כצפוי בהמשך.

האם עומד רלף קליין בפיתוח של עידן חדש בכדורסל הישראלי? יתושה רוזין סבר שכן, אבל בדרכו, הוא מוסיף: "זה תלוי..."

שבתון ספורט





**"הכדורגלן הישראלי הוא אגואיסט. מחפש רק את הצלחה עצמו", אומר מי שהיה מנהל מכבי ת"א, ירון עוז. והוא יודע זאת מבפנים ■ "העונה האחרונה לא היתה כשלון, רק חוסר הצלחה" ■ "אי אפשר לומר שכאשר אין כסף אין מוטיבאציה. ראה ערך הפועל ת"א..." ■ מדוע לא ממשיך בתפקידו? - הבוס החדש של מכבי, דני לאפר: "בעיני עוז, אין תגובה"**

#### אבי מורגנשטרן

יכול להיות שההיסטוריה היתה מקבלת שיכתוב קטן, אילו האוין דודו ברינר ביתר תשומת לב לדבריו של ירון עוז, לפני המשחק מול מכבי חיפה, בו חתה מכבי תל-אביב לשעלה עם עשרה כדורים מיותרים.

מכבי תל-אביב, שכבר אז נראתה כקבוצה שסיימה לנשום את המצב שסופק לה העונה, עמסה במשברים ותככים, לא עלתה להיפיה בצפיות גבוהות. עוז הבין מדבריו של ברינר, שהקבוצה תוחר על משימה שתקני מפתח, ויחוו לקראת חצי הגמר הממשמש ובא. ברינר, כמו יתר הסובבים, ראו בברינר להיפיה עוד מסע מיותר שיש לעבור אותו ודי.

ידיה בורז, שלא יושקו חמישה שחקנים בגלל פציעות או צוהבים. בשלב מסוים, אמרתי לרדור שיהיה מהקניין הזה, כי אמתו עלולים לחשוף סטייה לוח רצינית ולקבל תוצאה לא נעימה כמו 5-0 והם עלול להשפיע עלינו לרעה במשחק חצי הגמר בבית, שנערכנו לקראתה.

"אבל במספר של רבר לא שחקן שבנה שחקנים משיקולי הצוות המקצועי, ואילו שכן שחקן לא תיפקד. בוא נגיד שלא הרגשתי במוטיבאציה מורבה. לא עניינה אותם תוצאת המשחק, אבל איך אחר לא חשב על תבוסה שכזו. אחרי רבע שעה, כשפנינו 4-0 - הקבוצה נשברה. אישה הרגשתי פגיע מאוכזב ומבוזבז."

#### עובדה מוגמרת

מבאן למעשה ההיסטוריה מתחילה לתקוף בתורה. שטן חזול עובר במרץ ירד מכבי ת"א אלדיר מוקשטן מולדש להתפטר ועימו ההנהלה. נשאר עוז ארבעה חברים, כרי לסיים את העונה ולהחליף את חמסר כעניינות. גם בנדר ירד חיש, דני לאפר. לדבריו עוז, אלמלא ההפסד המזמיר בחיפה אין ספק שהצוות המקצועי, זה שותבל את מכבי תל-אביב למקום הר-12 מלפס גביע המדינה, היה ממשיך למחזק עוד כמה עונות כפי שידון עוז מאמן שצריך היה לקרות.

"העמידו אותנו מול עובדה מוגמרת. בתור ירד חיש, עם כל מה שמשמח מכי, אומרים שמטאטא חיש הוא מטאטא טוב. בינתיים למרות זה חיש, אומר עוז באירוניה וקשה לו להאמין את העובדה שהוא לא בדיק שמה במדידתו של איש "שחמים" לאפר."

"בשלב מסוים כשמעמדי היה איתו, נמשכו עם כל מיני גורמים כדי לשכנע אותם שגורא ימשיך בתפקיד עוד 3 שנים. אנשים יכולים לחזק כמה שאלו אומר אבל לרשיו אחרי שהשנה חזרה למר את החומר יחד איתנו, הוא חייב להמשיך למר ומן אור ואני מאמין ששיקוף פעולה היינו בוים את מכבי תל-אביב המפוראית."

**פועל תל-אביב**



## מורהל האגואיסטים

ירון עוז. למרות הכל מקווח הצלחה מכבי בעונה הבאה, גם בלעדיו (צילום: יוסי אלון)

אנשים פחדו שתחריד אותה ליגה... "וזה בעיה שלהם". שותף לרגעים גדולים

ירון עוז, כן 36, היה בעבר אחד הקשרים המובים שבחזו מכבי תל-אביב. היה שותף לרגעים הגדולים. אחר כך עבר למכבי יפו (כ'81), שחקן שם שנתיים וחצי, עד שנפצע. חזר להתאמן בבית"ר תל-אביב, אבל הבין שזה, הוא עובר לצד השני של הקים. סיים קורס מאמני כדורגל בוינגייט ואמילו והתמשיך שנתיים. שנה ראשונה מאמן נערות בבית"ר תל-אביב ושנה אחר כך מאמן נבבכת

זמן ולא הצלחנו למצוא בלם אחרי שחילק את אבי כהן. רצינו בשלב מסוים את מרסלני, אבל זה היה מאוחר מדי. במוסו של רבר החלטנו להתמקד בחומר שיש וחצי מגרמי שהגיע מבחון וגמנא כבר כמה שנים בקבוצה והתאקלם מוב, כל הקבוצה בנויה על שחקנים שגדלו במערות. זה נתן הרגשה חיובית. היתה תחושה שיש חומר טוב וצריך, כי כולם מתחלשלושים, חזן מפקח וגריאני. התחלה היתה טובה ונענתה על הצפייה אבל באה תקופה מסוימת וכמה שחקני מפתח נפצעו לנו חת היה כבר מדי בשביל להמשיך באותה צורת משחק, שבה התחלנו."

#### כל מיני קבוצות

מה הסיבות שהביאו את מכבי תל-אביב לערבה שחורח שבו? "לצער, הכדורגלן הישראלי הוא אגואיסט לעצמו, מחפש רק את הצלחה שלו ומחפש שישלמו לו כמה שיותר. אחד לא מפרגן לשני."

אחת במחזן מתבחן גם למכבי תל-אביב? "בעיקר למכבי. מבחינה חברתית, יש בקבוצה כל מיני קליקות, כשכל אחת מושכת לכיוון אחר. יש מחנח שמחליקים למי גילם. בני כסף, למשל, לא יכול להיות חבר של נער שעולה לבגרים. לצערי הרב, וממנה חללו פעלו גם כמגשר ובמשחקים, ושחקנים ותיקים שלא היו בכוסר, צעקו על שחקנים צעירים. זה הרבה שחקנים שלא היו בכוסר, ולא תיפקדו כראוי."

שחקנים שלא במשור, זו בעיה של המאמן לא? "המאמן והמנג'ר היו אחראים על היכולת של השחקנים. היו השנה אימונים מצויינים. שבעה שבועות, כשכל אימון נמשך שעה ומשהו. הכל פעל על-ידי התיכנון ולכוחות של הצוות המקצועי יאמר שכל השנה היתה מתוכננת מראש. כל אימון, כל שבוע, כל חודש. פרט למקרים חריגים."

בפינת חריגים, עוז מתבחן כוח לגמילה של מכבי, אחרי כמה מחזורי פתיחה מעוררי תיאבון. התבחן השתבש להלוסיין. רשבו חזון לנטות "בונים קבוצה וצריך זמן". אלא שבמקביל לכשלונות, הלחץ והלך וגבר, גם במסגים.

ממתבר שכל התיכנונים לא עוזר תכלס במשחקים. "היו תקוות ואשליות אבל זה לא תיפקד כמו שצריך להיות. לצערי, רק בסוף השנה למדנו את חמיר השחקנים - גם מבחינה חברתית - והיום עם שניונים רדושים, חיינו יכולים לרוץ קדימה. הכל שאנחנו לא ממשכים."

גם השחקנים, שחלב מסויים, חבינו איראמן בכב, היה קצר בין חלק מהם לצאת המקצועי. "ברור שכשקבוצה את מתפקדת ויש מצב של חוסר כסות, אז לכל אחד יש מה לתגיד. נתון, נעשו סעויות. כמו שהוכחנו כי כלם אחרי. חיינו צריכים לשתדל את גולדברג, שהוא שחקן כשרוני לקישר."

#### לא מתרץ שגיאות

שטני שאותה במנהל לא חזית תקף מספיק. לא חזתה משמעת.

"נכון, יכול להיות שהיה מקום ליותר רגש על משמעת, למרות שכשנסכנטי לתפקיד, קיים כל הצוות המקצועי ריון בעניין והגענו להחלטה, שאנחנו לא שוטרים ולא כלשים והיום בעידן של מקצוענות, הכדורגלנים צריכים להבין בעצמם את הדברים. אם זה לא קורה אז חבל על הזמן שלנו ושלוכם."

אולי חזית חבני יחתי מאשר מנהל? "אני לא בא לתרץ שגיאות שאולי עשיתי, אבל חזית חיש בתפקיד. אני איש מקצוע ויחית שחקן עבר ואני גם עוברי קורס מאמנים, אבל בניחול צריך לדעת מהי לתת סחירה ומתי ללסן. וצריך לדעת את זה."

אחד הסיפורים שממחשים את חוסר התקשיות של עוז כלפי השחקנים, התרחש לאחר שמכבי תל-אביב הסתיירה בג'ת את תחליה לפלייאוף. בחזרה הביתה, קם בני סמך והוכיח למלס שצריך להקשים בחצי שעה לאימון של מדי, כדי לרבר על

הפרמיות לגבי רבע הגמר. הפלייאוף נשכח, מסתבר, מחר מאר. עוז, במקום לתחזיר תבסת גני, גינש לטכס ואמר לו בשקט כך, הוא מעיד, שהוא עשה טעות. העריף שלא לומר זאת לפני כולם. לתת לפחות שיעור לשחקנים הצעירים. "לצער, הרבה מהדברים שנאמרו השנה על ידי הבכירים, לא היו במקום. ואם אין להם שכל לדעת שזה לא העיתוי הנכון לומר אותם, אז חבל."

אין ההפרדת עם תפקיד המנהל? "אני מאוכזב מכל מה שקורה בכדורגל הישראלי. מאוכזב שאין אנשי מקצוע ויש אנשים שנטונים ללחצים, ואחר 3 הפסדים כולם מאבדים עשתונות ורצים לפטר. גם בנושאי אימון, למרות שקטונתי מלבסר, יש לי מה לומר ויש הרבה דברים לא מוכרבים. בישראל לא נכנסים לסיבות. לא שאלים למה מפסדים. יש מפסדים, האמת, שכל זה תרחיק אותי מהכדורגל בכלל והאימון, אבל כשנכנסתי לתפקיד המנהל, נכנסתי במלוא המרץ ובמלוא החשק. אחתיו את העבודה והשקעתי בה את כל יכולתי ומרצתי. על העבודה יעידו אחרים."

מדברים על זה שזמא מפירתו של לייברביץ, אין למכבז אבא, אין מנהל שחזיר אותה לתקשורת וחזרה.

"קשה לרבר על לייבו ומנהלי קבוצה אחרים בנשימה אחת. הוא היה אגור, עוד בחייו. ידע לתמרן תמדי, לפתור את הבעיות, להחליק דברים, למצוא את המתרן המתאים. הוא היה אדם נגלא, שאין שני לו. אבל לצעורי, הוא הלך ומכבי תל-אביב לעולם תישאר. היו גיסונות לאיים את התפקיד - אבל זה לא הלך. זה בסא אותה הסיבות למצב שאלינו הגיעה מכבי תל-אביב. עובדה, שבתשע השנים האחרונות, היו ששה מנהלים. משוה פגום במערכת. מאמן יכול לעבוד עונות-שתיים ולהמשיך הלאה, אבל מנהל שעושה את עבודתו נאמנה ומצליח וקשה לשחקנים וחולק גם אחרי עונה, משוה כאן לא במדי."

#### לא מפרגנים

במחזק העונה כבר חזלו סימונים שלא מורגים בכב. היו עליכם להציף?

"תמיד יש לחצים, תמיד יש אנשים שלא מפרגנים. בסך הכל היתה עונה לא מצלחת. אני לא בורח מהצוות המקצועי, למרות שלא היו לי החלטות מקצועיות. אחתיו לעבור עם גיורא וכל השאר. זו היתה חזוית. זו שאלה שאתה צריך להפנות לגיורא או לרדור."

בנימא שאותה לא לוקח קשה את העובדה שצורתם במקום הר-12. אם חזית מרזן למערכת ומאמן חזי מבאי את מכבי למקום שבו, לא חזית חיש שזהא צריך ללכוד "חלוי מה הסיבות שהביאו את הקבוצה למקום שבו. חלוי אין התנהל הסימן, אין היו האימונים, המערכת הכספית - רק אז חזיתו מסיק מסקנות."

חלק מהבעיה העונה היתה באלי דריקס. בירי שלא התקדם ממנו את המקסימום, בלשון המנמנה?

"נכון, היה לו מספר בתחילת העונה וההשעי עליו לכל אחד המשחקים. הוא בעצם לא היה שבע רצח מהתסכס שהרג איתו, למרות שהוא חתם עליו. בתקופה שלי, כשתמנו על חזות, אז זה, מאותה לצערי, תחזה חת הלך איתו כל העונה. הוא כמעט לא שחק, למרות שהוא שחקן בריא גוף. אין לו בעיה של כוסר או עייפות. היה מצב שהוא לא רצה לשתק וטען שהוא מצוץ למרות שרצו להרכיב אותו. אחר כך, כשהוא רצה לשתק, אז השאירו אותו משחק אחר בודץ."

זהו לך שחזית איתו, ניסת להוכיח מה הריבה למצב חזות?

"היו לנו שחזות עם כל השחקנים. ישבנו איתו, כל הצוות המקצועי, וניסנו להגיע לשרש הבעיה. למה הוא לא משחק את כל מה שהוא יכול, לדעת את זה? למרות שהוא שחקן בריא גוף, אין לו בעיה של כוסר או עייפות. היה מצב שהוא לא רצה לשתק וטען שהוא מצוץ למרות שרצו להרכיב אותו. אחר כך, כשהוא רצה לשתק, אז השאירו אותו משחק אחר בודץ."

גם אחרי, שהבאנו כדי להיות מנוזי, לא מילא אחד הצפיות?

"אין ספק שהוא היה אכונה גדולה. לא חושב שהמטרה היתה להביא אותו כמנהיג. יש שחקנים אחרים, במוסנציה, שיכולים להיות מנהיגים: גולדברג, שמעונב, דריקס, מרכוס. אבל כנראה שצריך להיותולר עם תבוסה שכזו."

אין גיורא ורדור קיבלו את הביקור של הליברץ?

"תראה, הבנו את האנשים למעלה. הליברץ בא אחרי ההפסד לתניה 2-6 בגביע המוסר. האמת שלא ראינו את ההפסד הזה כגורה ארומה לכאות, כי שלושה שחקנים נסעו לאוקיאנה ועוד שלושה לא שחקו. גביע המוסר לא היה רציני, ואין אחד לא חשב או על התבוסה שתבוא לחיפה. האמת, שלא קיבלנו את הטענות של הליברץ והרגשנו שיש כאן אי אמן בנה. זה יר דרגיו למרות שאני מכבד את הליברץ, הוא שועל ותיק."

אין אחת מספיר את העובדה שמכבי עם אחרו צוות שחקנים, כמעט, תססת עונה קידם מקום שלישי מלפס בכין. אולי שיטת המשחק לא חזרת טובה ועל זה אתם צריכים לעלמ?

"גיורא ורדור ניסו להנהיג שיטת משחק מסוימת, כמו שהם הנהיגו בג'ת ושרשה שם טוב מאר. לדעתי, הבעיה היתה ששחקני מפתח תפסו יותר מדי משחקים חלשים. גם היתה בעיה של מניעים."

גם לשאנר לא היה את מלדיו או בריכוס "נכון, אבל לנו לא היה את אבי כהן. למשל איתן לוי היה נתון משחק אחד ואחר כך נעלם לחמישה משחקים. כל הזמן חיינו צריכים להחליף דרכים. או בגלל יכולת או בגלל פציעות."

#### השיחה עם ה"בוס" החרש

כשהיה ברור שהצוות המקצועי יסיר בסוף העונה מהחליפות שנתל זה מכבר על הקלב, עוז עוד היטס לגבי ההמשך האישי שלו כמנהל. שוחח עם-ירד לאפר, אבל אחרי שחזנו גביע המדינה, הוא נשוע לשמוע שגם הוא יעלה כתו, אבל לא בבית ספרנו.

"חיתה לי שיחה איתו, שנמשכה 5 שעות. לפי צורת השיחה והדברים שישל בה, היתה הרגשה שאין בעיה שאני ממשיך בתפקיד. האמת שלא הייתי ממשך בתפקיד, בכל מחיר, אבל אחרי גמר הגביע אירגנתי מנישה בינו לבין השחקנים והמאמן החדש - ואז חזרתי לי שאני לא ממשיך."

"כוא נאמר שהתרחשו כמה דברים בין השיחה והיה ער לגמר הגביע. בלי לפרס?"

"דרישת גם פגום ספן בבזה יתחזר "כדורגלן מקצועני, מנהל שעובר 24 שעות סביב הקבוצה ודואג לכל פרט, על חשבון העבודה הפרטית שלו והמשפחה וכל שאר העניינים, חייב לקבל תשלום מלא. באותה שיחה מפורסמת, לאפר אמר לי שהוא מחפש מנהל במשרה מלאה, עם תשלום מלא, שיעבור רק סביב הקבוצה. אחרי 10 ימים, אפר שאשילו אלף דולר אין לו לשלם. אז שיחה בריא ושינהל את מכבי איך שהוא רואה לנכון."

לאפר עצמו הצריך להגיד קצרות על הגושא "בכל מה שקשר בנושא שקוראים לו ירון עוז, אני אבי רק בשתי מילים: אין תגובה."

עוז טוען, שהוא למרות הכל, מקווח הצלחת מכבי, גם בהנהגת לאפר. וחזן מה השנה לא היתה כשלון, מקסימום חוסר הצלחה "אחרי גביע המדינה, שבו זכינו, אני לא חושב שנכשלונו. זו עונה לא מצלחת."

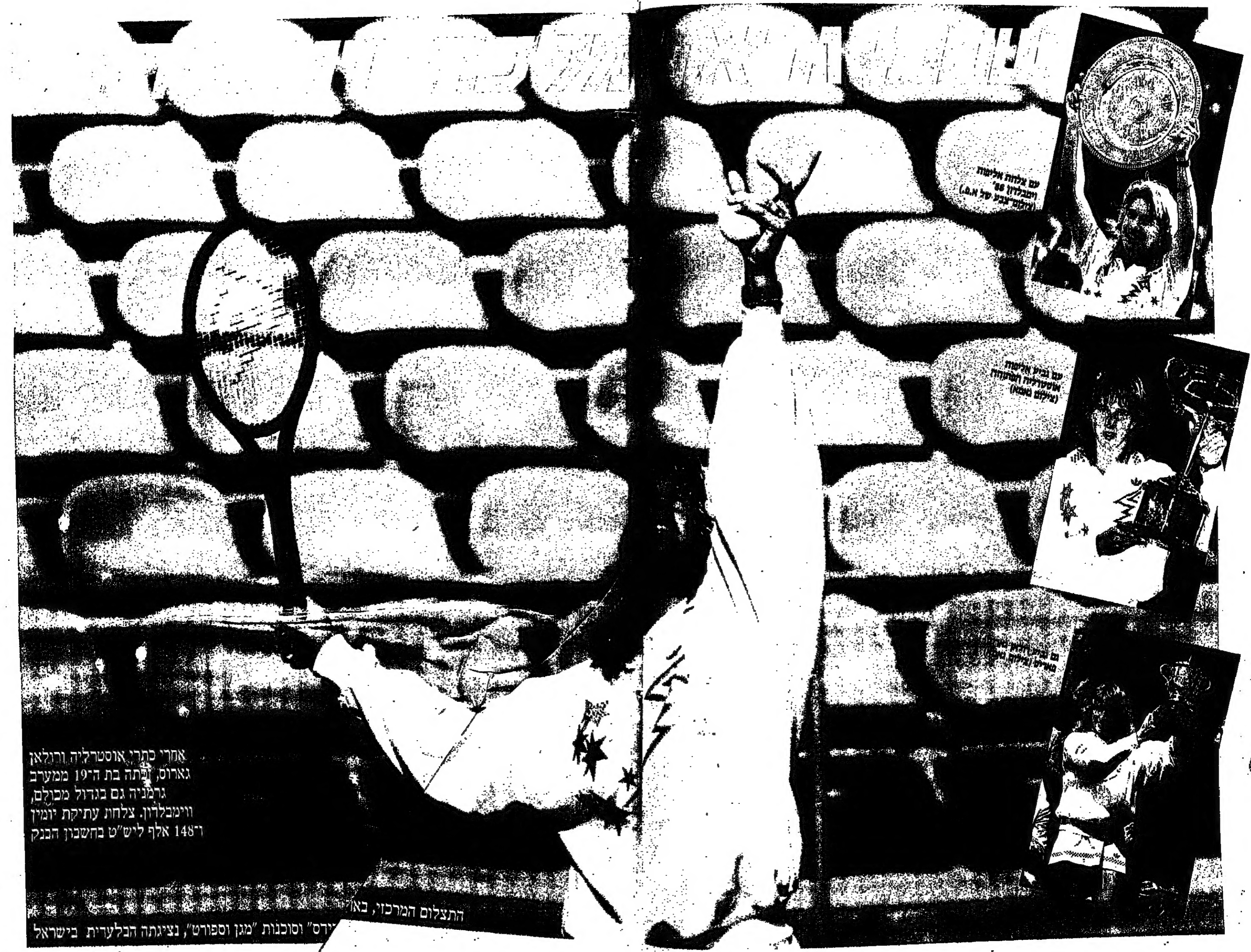
עכשיו עוז חזר לעסקי הביטוח. מדי פעם מכשים אותו שחקנים. יושבים אצלו במשרד. הוא לא מסחר. איך אחד לא קטץ לקחת אותו כמאמן. הוא כמס שיום אחד הוא יאמן קבוצה. עסקן הוא לא רצה להיות "יש לי עוד זמן לזה", הוא רומז. ואם להיות מנהל, אז רק במכבי והפעם כבר היתה לו ניסיון מהעונה הכושלת חז, אז יותר נכון לומר לא מצלחת.

**שוחח עם פארקל**

סדרת מלחמה



סדרת מלאכה



אחרי כחרי אוסטרליה ורגלאן  
גארוס, ויתתה בת הי 19 ממערב  
גרמניה גם בגדול מכולם,  
ווימבלדון. צלחת עתיקת יומין  
ר-148 אלף ליש"ט בחשבון הבנק

התצלום המרכזי, באו  
ירם" וסוכנות "מגן וספורט", נציגתה הבלעדית בישראל

עם גלגולת אקסוד  
וימבלדון 88  
(הקיסר נכבד של א.א.)

עם גלגולת אקסוד  
וימבלדון 88  
(הקיסר נכבד של א.א.)

עם גלגולת אקסוד  
וימבלדון 88  
(הקיסר נכבד של א.א.)



## אלכס דרוזן

מספרים על רב אחד, שלא עמד במיתור, חמק מבית הכנסת בעיצומו של יום הכיפורים ומבלי שאיש ירגיש בהיעדרו, רוח כל עוד נפשו בו, אל מנש הגולף המטון - כדי להעביר שם את הצום, במשחק האהוב עליו. למרבה המזל, ואולי בגלל חוסר הקדש ביותר, דרוזן אז "הקל לו שגעון" והוא ביצע את ה-Hole in one, כלומר החזיר את הכדור לגומה, בהכנסה מודדת אחת. משאת נפשו של כל גולטאי.

על פי המקובל בספורט זה, מי שמבצע "גומה בחבטה אחת", חייב להזמין מיד את כל הנוכחים ל"סיבוב שתייה", על חשבונם. "פארטי" קטן. אבל לרב הזה, חיתה בקצה יום הכיפורים... וכיצד יסגר על מבצעו והכלידינגלי...

האנקדוטה הזו אהובה מאד על חברי מועדון הגולף בקיסריה, שאירח בסוף השבוע שעבר את שני ימי אליפות ישראל, והשתתפו 120 חובבים, גברים, נשים, בני נוער ובכירים (מנכ"לים) מגיל עשרה ועד 70 מלוח. איש מהם לא ביצע את "הגומה בחבטה אחת", אבל היו רגעי מתח, עד כמה שיש בכלל מתח בספורט שעל פי ממוצעו, נהוג ומשוער, הוא ביטוי מובהק של ג'נטלמניות, עם חרבה מידונה ליריב ודרישה לעצירת רגשות, גם במצבי לוח. אין בגולף שוטטות, כי הכל בנוי על אמון הדדי. רק בין המקצוענים בגלל הכסף, יש משקעים "כדי לא להעמיד במבחן את היצר האנושי".

## ביטוח בלודים

יש תחרויות, מספר אלוך בדרה, מבנה מועדון קיסריה, שעושים אפילו ביטוח בלודים של לוחם, שאיש לא יצליח לבצע בן "הול אין ואן". יש שמעמידים פרס יקר מאד, ממש מפתה, למשל מבוקש ב.ב.ו.ו. למי שיעשה זאת. במסגרת תחרות, כשאנדרסון תחרות של מקצוענים, המבוקש הזה תהיה חמרה למי שיבצע את "הבלתיאמינות" ואנב, זה בכלל לא משום כשמיים אשתדל הצליח בזה בעד ישראלי בן 14, יוסף פורת, בתחרות במסגרת, אפילו אתה לא קיבל על כך אפילו אנדרסון שחוקי.

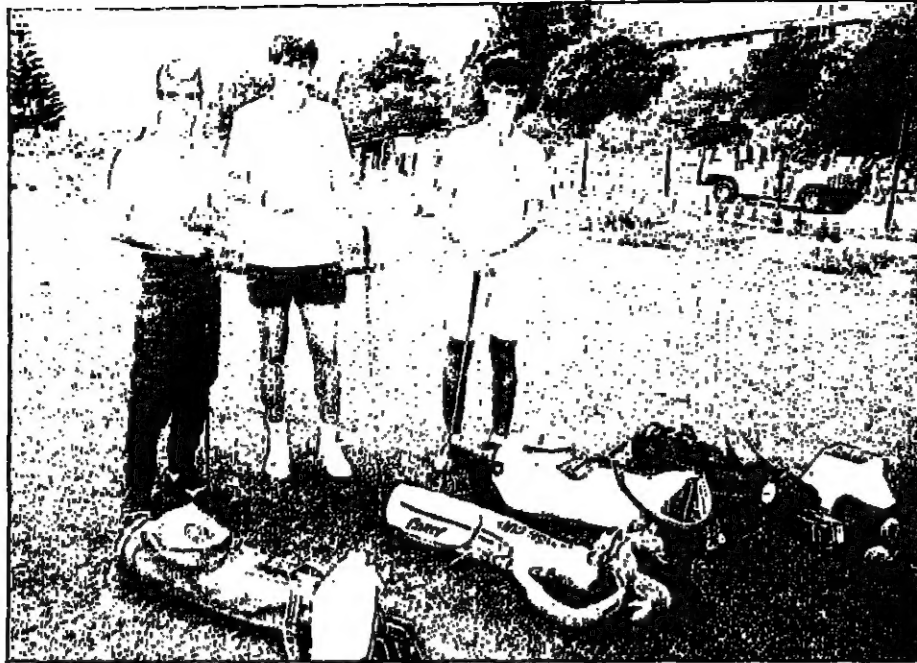
Hole in one, הוא רק אחד מהמונחים שבמילון המזרח של הגולף, צריכים ללמוד אותם - וזה בכלל לא קשה - כדי להיכנס מיד לעניינים. יש גם Par, שהוא תקן החבטות שיש לכל מגרש בסידרת מגרש מסלול הגולף, התקן נקבע בידי האדריכל המעבדים. יש Birdie, שפירושו חבטה אחת מתחת ל-Par, מתחת לתקן שנקבע. ויש גם Bogey, חבטה אחת מעל ל-Par, ויש "גריי", מושג רשמי משום מאד, מסומן בקיצור, שבמרכזו הנומרו ויש גם Sudden Death, או בתרגום "החש" מות פתאומי" שפירושו מעין תחרויות פלייאוף מדידת בין שני יריבים שמתחבטו אחת-בשני. חבטות בתחרות כזוהי ויש לקבוע מי המנצח. הם מתחבטים או במגרש אחד לדרגים קצר ומתוך בתחרות הבכירים בסוף השבוע, נקוקו אישוא

## תפור בשבילנו

מסרבת של 14 מחבטי גולף עולה למחזור עד 190 דולר ומערכת יסרה, ויסרתיה, למקצוענים, 2000 ויותר. למעשה אין צורך בגולף בלבד מיוחד, אבל הציוד כולל אצל "מתמכרים" ושחקנים של ממש נעליים ממוסמרות, כפפות, כובע מצויה. בגולף אין בגדים מיוחדים כמו בגדים "העיקרי של לחישה לשמש וגם אין חוששים יותר מרי, בגלל המסורת והשמרנות, אומר בדרה. בקיסריה החל פועל, כמו במרכז חמנים בירח השחר, בית ספר לגולף ובו 60 בני נוער. רמי חבי במועדון זה לנער ועד גיל 25 - 240 שקל בשבוע לבני 25-36 - 80 ש"ח בחדש. לבני 36 ומעלה - 150 ש"ח חודשים נהנים או מכל שירותי המועדון, כולל באר, מנון ומחשבים אחרים.

בדרה: "אנחנו פועלים לחוצאי את המסיבמה שמרוב בספורט למיליונרים בלבד ויש כבר הזכאות שהעלות בה. לחשיבות זה ספורט שתופר ממש לישראלים, כי יש בו הכל כדי לשחרר אותם מכל מיני לחצים שקיימים אצלנו".

התאחדות ישראלית



הגולטאים הצעירים ואיורם. במרכז התמונה, אלוף הנוער לשנה זו, אריה מטרחה.

לחקן, זה רוח בקי של המתחרה. בכל יום תחרות יש לעבר איפוא 18 גומות במציאות חבטות ואת מספר החבטות, מנינים. מועדון קיסריה שייך לבארוך ארמוני דה רוזנשילד והוא חוקם לפני 28 שנה שלא לצרכי רווחים, כחלק מקרן קיסריה שמסורתיה הן סימול החינוך הגבוה בשנים האחרונות, יש בו מריצת רד קרימה. רבים מחברי, השחקנים המצטיינים, הם מסיב הנוער של אור עקיבא הסמוכה, עיירת-מקום לשעבר, שליד תדרה. על אלה באותה, כיום, בעבר היו רבים מבני הנוער הזה "נושאי כלים", "קרייבוס" של הגולטאים הקשישים שבאו למועדון להעביר את הזמן בכמה שעות של חבטות. כיום הם האלוטים.

## הזרובן והמקום

רחמים (רמי) אסיא, 19 חצי, חייל במעמד של ספורטאי-מצטיין, הוא תרובדן, בסוף השבוע חוזר והוכרז שנה שנית בציפות כליוף ישראל, לאור שנה מאבק דרמטי ומרשים מאד, עם גיל ששה, 35, ששב משנת ארוכה בדרום אפריקה ועתה הוא בקיבוץ שדות ים. רמי, בלויית כמה מבני משפחתו, חולק כל תחרות. כבר לאחר היום הראשון, היה לו יתרון של חבטה ובזמנה השני הגדיל יתרון נוסף שחיים.

"בעד שנה אני מטיים את השירה בצבא. בן אני חושב על מקצוענות בגולף. אולי לשלב מילנית לימודים עם הספורט הזה". אבר, הוא היה נושא כלים במכביה דו.ו. והלך ליד ובעקבות קורן מיכא, אלוף המכביה החיה וסוב לו על הגב או בעגלה, את שם המכביה (14 במספר) ועוד כל מיני אביורי עוד וגם בקבוק שתיה בעבר שיהק גם כדורגל וגישה כוח כמנים.

עתה הוא רוצה להיות "המנסח" של הגולף, אגב, הוא ועמיתו, מיוזמים. שבע שנים הוא חובט (למר אצל צאצאי מנדלשטם, 65, מזה לגולף, ילדו דראס, 28 שנה בישראל 60 שנה בגולף, מאז שראת את העולם, בגיל 15, בגניעת ציפור לסאן וריאנו - שקע בזה כל כולו "ותנהלתי לשחק חוק".

זה עתה, למשל, שב משבועיים של אימונים אצל דום פליישר, לשעבר אלוף התובבים של ארצה של שנה מקצוען. למי ממנו מינוחן וחדש של גבוהות, מסובבות, מדויקות. מקצת מהם בד ורגים כאלה. בעד ימים אחרים שוב מתייחס בצורה ובחן המורח של ארצה.

מבין ארבעה אחים ושלוש אחיות, האב האחרון חבטות סימול קיסריה. "מברתי את מבין 79 שלי כדי לממן את הטיסה למועדון שבו לא מצטיין".

4 עממים / לים שאסיא יעשה "סקי-קרייבוס" חשיא של חקוקן במלואו. "אם יעשה זאת זה בטוחה במכביה". אגב,

## כל התורה על רגל אחת

חוקי המשחק, ששונים למדי, גם הציוד איננו רב או יקר במיוחד. תורה כולה על רגל אחת היא יש להחזיר כדור קטנטן, לתוך גומה שכמרכז מירשוא ממוסמרת לחשאי, הנמצאת בקצהו של כל מגרש מתוך דו.ו. שלאורך מסלול התחרות נאם המסלול יש לעבר פעמים, כלומר בשני ימים, 36 גומות בסך הכל - וכל זאת במינימום של חבטות. המרחק שבין מקום החבטה הראשונה ועד לגומה בעולם, 400-450 מטר (קשה המסלול הגדול בעולם בישראל). לכל מקצוענים או מגרש, יש חקן למספר חבטות שצריך לבצע עד לגומה. כל חבטה מתחת

## השיאים

גולטאי מנסה חובט ללא קושי בכדור למרחק של יותר מ-200 מטר. יש שיאים גם בזה. על פי ספר השיאים של ג'נס, השיא בתחרות רשמית בגומה פני הקרקע, 358 מטר, של ויליאם תומאס קמבל מאירלנד מ-1964. 471 מטר קבע במסלול גולף רגיל, מייקל הוק אוסטון מלוח אנגלים ב'74. השיא כקליעה לגומה, 26 מטר של קארי מירלקום בארה"ב, ב'55.

בשנה מקיים מועדון קיסריה תחרויות חורשיות, 4-6 גדולות בשנה. אליפות המועדון, אליפות ישראל, זה השיא. אליפות ישראל הפתוחה תהיה באוקטובר. אשתדל הופיעו בציגי המועדון מקיסריה בתחרות מקצוענים בקירה. לא ריה לקשר זה המשר, בינתיים.

שרון שפינס, בת 18 מבית יבאי, לא הצליחה הפעם לזכות שנית בתואר הנשים ודורגה שניה בגלל חבטה אחת, אחרי סילביה האם, רעייתו שבריר גרמניה בישראל. "יש הרבה תיסכול כי בספורט הזה צריך ריכוז ממשליל. בשנה חולק, זה געש, מה עושים כדי שילקח - מתפללים ורבה".

היא נחתה בגולף בעקבות אמה, לפני כשנה וחציה, עולה לבתה יב, חמש חירות במתימטיקה, פיסיקה וספרות. השנה הקרישה יותר ללימודים וחזקה לגולף וזה כנראה השפיע. אשתדל בילתה על המסלול כל יום 3 שעות לפחות. השנה רק סמינים בשבוע, אהבה סמינים ישנים משנות דו.ו. ולקרא, הספר האחרון שקראה "אינטימיות" של ז'אן מול סאטור. תדר בעצמם קלאס...

"בתחרויות גדולות, עם כל הבוכרים, מספר אלוך בדרה - עם גיקלאנס, או סביל בלסטר, הספרד, אלוף אירופה - אפשר לראות 20 אלוף איש שחלום לאורך המסלול את אחר האלוטים. שקט מתח שורר מסיב כי כשהוא חובט, את המתחרים העיקריים באליפות ישראל, ליוו לאורך המסלול פחות מעשרות, ביניהם בני משפחתו של אסיא וחברים קרובים של האחים.

גדולי הגולף הם ג'ק ניקלאוס האמריקני, המקצוען שהזיז את סכומי הכסף הגדולים ביותר בספורט הזה, כמעט 10 מיליון דולר. ג'י פלייר שממשיך להדהים גם כיום, בגיל 52 וארגולד פאלמר, בגיל 54. "זה החובט שבגולף אפשר לתחרות גם בגילים מבוגרים. זה ספורט לצעירים וקשישים, און בו הגבלת גיל, און בו סיכונים בריאותיים כמו בגנים מומלץ למי שיש לו בעיות לב. מבחינת מערכת לב-יראות, אין טוב ממנו בבריאות. מה רע בלבית גורק הסבך, לראות כל חסן יחול בעיניים, אומר בדרה.

## ביקוש גובר והולך

אגב, החבר הקשיש ביותר בקיסריה הוא תעשיין המסמים ויחזיר צופני יוסף שירלובסקי בן 90 מלוח. הוא מסרב לנסוע במבוקשת הקריסנה המיוחדת שיש בגולף. "זה מתאים לילדעיקאקסר", הוא מלגלג ועושה את כל המסלול ברגל.

"יש כיום ביקוש רב לגולף בעולם, אומר בדרה. עובדה שבארה"ב עסקים בו 25 מיליון 12 מיליון ביפן. יש מסבים לוח תעשייה גדולה של ציור, הולכשה, שעונים, מבוקשת. בכלייה מקדישים לתחרות גולף שעות רבות של סיקור אינטנסיבי. יש הרבה מאד פיססות.

"יש כיום מושיבת גולף בעולם, אומר בדרה, ויש תהליך של חטבה ממנים לגולף. עובדה היא גם שהחברים רבים, בארצה ובארצות רוחה אחרות הולכים כיום לגולף ולא ל...אגור, למשל, שנחשב כשנות דו.ו. לטובי חוריה במשקלים רבים.

בין ה"סלברטיס" של הספורט הישראלי הובילנאומי שמרוב לעסוק בגולף יש להחזיר את הבורסלנים וילי טימס, סטיב מאלוביץ ודוב האמריקנים האחרים. ר"ד גיי, מנסחורף, גליקשטיין, ביון בוג ודולר. בובי ורובסון מנהל גבוהת אנגליה ובקנאבאר. "כשנשים הנוער לארץ עם גבוהותיהם, דבר ראשון שעשו אחרי שנתנו כלור, טילפנו לקיסריה וביקשו לשוין לום מאלוה", גאה בדרה לזרשיה וזה מעיד ש"זה מוכר".

התאחדות ישראלית

התאחדות ישראלית





אמצעי בטחון הדוקים בכל מקום בטיאול. יהיו גם חידושים. כל אדם ייבדק וכל מטען יעבור גלאי מתכת

## עוד 72 יום לטיאול

תחזית אסטרולוגית  
מיוחדת במינה לכמה  
מכוכבי האתלטיקה  
בעולם ■ "לקארל  
לואיס זו תהיה  
אולימפיאדה שכולה  
סירדה ועצב" ■ "מארי  
דקר תקטוף זהב"  
"בובקה יתחיל ברעמה  
ויסיים בצחוק" ■ לא  
תאמינו, אבל יש לזה  
קונים רציניים

# "אולימפיאדה עיזובה"

נראה כי בטיאול תסתער רק על שניים אולי שלושה מקצועות, סמינר לרוחק אחת מהם לבחור - אבל לא תתחר בארבעה. יש תוכנית, אך לא נרצח עליה. היא סודית, אמרה דרקס לרבותנים. ייתכן העיסוק בטיאול אמורה להיות האמריקנית ג'קי ג'ינגר קרטי, אלופת העולם ברוחק ושותפה לשיא והיא מצטפת שהמזרח גרמניה תשפר את השיא עד טיאול. יש לה מחרוזת גבוהה. פעמיים השגה קבעה כבר 10.92 שניות ב-100 מטר ובעזרת מחרוזת זו היא חפית מעצמה הישג מצוי.

## עוד ועידה לעינינו בטחון

לא שוב שבוע מבלי שנושא הבטיח חזק במשחקים בטיאול, וזכה לריווח וכל פעם מוזית תרשומות אחרות. הרי חילת השבוע נמסר כי 40 קציני בטחון משמונה מדינות ועוד 13 בדרות תערסו בינלאומיות, התכנסו בטיאול והודו ליטו בתום דיווח של יומיים בדרלתים מבודדות, על שיתוף פעולה הדוק ביותר ביניהם, תוך גיוס כל האמצעים שלרשותם, למניעת פעולות טרור כעת המשחקים.

בכנס הוחלטו נתונים ומידע על קבוצות טרור ועל חבטיות במסומים. היו שם נציגים מארצות, יפן, הילי-פינים, תאילנד, מאלזיה, סינגפור, ור. ג. קונג ודומם מבצעת מקשה. כבר עתה דה תוכנית מבצעת מקשה. כבר עתה ידוע כי אמצעי ביקורת המזון ביותר יונתנו בכל הטיסות לטיאול. עוד נמסר כי יונתנו אמצעים חרשיים שמתחם עוד לא נוסר מעולם. ייבדקו נוסעים ומטענים, גם תוך כדי הטיסה. נציג אמריקני שנבחר בכנס מסר כי לאחר הדיווחים השתכנע כי בידי הקוריאנים היכולת להעניק בטחון מירבי באולימפיאדה.

תשומת לב רבה במיוחד העניקה בכנס זה לאנשי ארגון "הצבא האדום" היפאני שיש לו קשרים הדוקים עם צבא קוריאה.

שבתון ספורטאים



הזרקת דרקס. "רוחק בטוח"

סמק האתלטיקה מס. 1 בעולם כיום. היא שותפה לשיא העולם בריצת 200 מטר וגם ברוחק. עד לא מבקר גם חדר ויקה בזמן השני חסר ביותר השנה, ב-180 מטר.

אבל לא נראה כי תצליח לעשות בטיאול מה שעשה לואיס בלוס אנג'לס (נחב ב-100, 200, רוחק 41.00x4). לפי ני כמה ימים היא תיחרה ברוסטוק ואותה משם על כוונותיה. 21.84 שניות ב-200 מטר, 7.30 מטר ברוחק, בליפות מרחק גרמניה. "למרות זאת הלך בקיץ שעבר לא אחור על כך, והבינה היא נמצע הבחירה לפני אליפות העולם ברומא יסיימה רק שניה ב-100 מטר ושלישית דרקס.

## אלכס דורון

קארל לואיס, בעל ארבע מדליות זהב באולימפיאדת לוס אנג'לס "לא ימצא לעצמו בטיאול אלא סירדה ושיעמום וגם הרבה מאד צער", כך קבעת תחזית אסטרולוגית שפורסמה השבוע בדרום קוריאה.

אל תצחקו, לפחות בטיאול מתחיה טיס אליה בשיא הריצות. מרובר בצפי שהיכנה הכרת התקשורת האלקטרונית הקוריאנית הרצינית ביותר, ק.ט.א. בהתבסס על ספר אסטרולוגיה מהמאה ה-16 (1) של מונצנג ביגיל. על פי המסורת הקוריאנית הקרים ביגיל את מי שנחשב "לגביא אמנות הניחוש" האירוס, גוסטרומט.

הקוריאנים הוינו מחשב בטקסטים ש"מונצנג ביגיל שלום וכן נפרטים איש רבים על גדולי הספורטאים בעולם. מנצחי אולימפיאדת לוס אנג'לס "אני תבל אחרים. השרטים כללו תא" אף מרויכת של ליד הם נתונים אף המושב טיפ את התוצאה בתוך "פנטז" במחזור של שיתן טלקס אחת, "פנטז" שגאב.

וכן, נאמר בתחזית יעת ל איס "מאמצים לא ישיאו" בעי שהחול ישחק ליריב, בו "מון ותחזית נמסרה עוד לפני שנו" ב"נתחזית פצוע ואינו מתאמן ומתחר" 5 באוגוסט, על פי תוצאות רופאית. "יש לך תבונה של נוד ובמיוחד אתה מסרב להיות מעורב בהתקפות מ" גיח, קבעת עוד התחזית לגבי קארל לואיס, מבלי לתת מידע. הסיכום "חדש סטמבר יהיה דר" רש של עצבות לקארל לואיס, נאמר בצפי של מונצנג.

## מארי דקר תקטוף זהב

לעומת זאת, בתחזית הנוגעת למארי דקס-לייני, שעמדה כוכב, במכרזה של הדרומה הגדולה בלוס אנג'לס בריצת 3000 מטר, נצמז "שמן מוכר בכל העולם. העם תקט" מי את הובש שאת כל מצמה לר.

## "משוגע" על וסקות

כשמתבלים על גופו האתלטי של סטן ברנס מבנים קשה להאמין שכבר הגה יום הולדתו ה-50. גם צעירים בתחום בכורם הגופני הסוב, צריכים לחזור מ"חזית הכשר" האת, השופות קילומטרים בריצת שחיה ותחרה במאסק.

ברנס, דודו של אליאור ברנס, כדורסל המועל ת"א, היה בצעירותו שוער השעל סבירה ואח"כ מחליפו של יעקב חודות בהפועל ת"א. גם היה מתאגרף מצטיין. בשנים האחרונות הוא מקיים אישני כושר "רצחניים", כהגדרתו, מדי יום. לא מכבר הוכתר אלוף ישראל בתחרה על האסקה ל-1500 מטר. האליפות, ראשונה מסוגה, נערכה בחוף בת-גלים בחיפה בשבוע קבוצות גיל-מסד עד 40 ומסד עד 50. וטו של ברנס 17:10 דקות, היה טוב בשני דקות ממנצח הצעיר ממנו.

את האליפות אירגן האדריכל איתמר לוריא, יועץ רשות הספורט, שגם נה "משוגע" להאסקה. לא מכבר טיס מבז תחרה מאילת לשארם א"שייד (160 ק"מ) ברנס לא השתתף במסע, עקב התנגדות אשתו. לפני כמה שנים חתר מראש העיר לאשקלון, בארבעה ימים. סוד מקצועי - ויטמינים ומאכלי דג על בשר אינו מוכן לשמור.

## הותיקים מוכנים לעזוז

אגודת הפועל ת"א בברית. את קבוצת הכדורסל מנסים להציל. במסיבת יום ההולדת ה-53 של משת (פשוט) באר שנה אחר מכוכבי שנות התשעים שלה בברית. החלט על מבצע הצלה. צבי לובצקי, משה מחיי (מאור) דה אור לוסטיג, אילן אמיר ("צבי") וצירי מוכנים להתחיל באימונים. גם יוסי יוסי יוגר, שלא הגיע למספרת. לא מוכמו מרטי והדומם הכספים של אחר מכוכבי העבר, שמוכן לחוש את קשרם. לוסטיג, עריין עם גוף אוחל "הסתפק" לרכיו ב-40 אלף דולר לעזוז האחרים אמרו שעל מותח 20 אלף אל מוכנים לדבר.

יומם ישראלי וציוני (צילם) ארומבוק



מימין אלי מרקוביץ, חיים מריימן ודני חורטמן, במסיבת העיתונאים

## הסוד שמאחורי התליון והג'ינס

מגן דוד ומכנס ג'ינס מתוצרת "אתא" "צבי" אחר, הקשור בהפועל ר"ג, היה אלכס ברויני, המאמן הראשון שהביא לה "ראבל". עריין לא ידע עברית ושיתור ממי מושגים שאיש לא רגל, שפירוש, לעלות לריקה לשער על דגל השמאלית, תחילה. עד היום נותנים ב"ג להשתמש במושג הזה.

יורם ישראלי, המכונה "סבא", כיום מאמן הפועל קרית אנו, סיפר שבמי ברויני ה-11 קיימה הקבוצה את מושקה בשבת, ב-6 בבוקר, כמשחק מוסק למשחק ליוה בכדורסל של "לורם".

ישראלי, 50, משחק עד היום בימים אלה גם פחה תערוכת ציורי אקוורל ואקוורל - תערוכתו השניה מאז ה-1970. מתעניין בציון, לפני חמש שנים.

השבתון ספורטאים



مَكْنَزُ الْمُتَّاعِلِ



**Ford ORION 1600**

העבוע זכתה במכונת בטופס מס' 15-219-03543  
עופיה שפר, מושב מנחמיה, עמק הירדן

העבר. כמוהו מעחקי האינטרנט והליגות האוסטרליות מינימום הפרס הראשון: \*

550 000

**שנ"ח**  
בזל העברת

# מִה יִהְיֶה? יִהְיֶה מִלֵּךְ

# תחז'טוט

## היצעות השבוע

## שיטות מלאות

לעשרים	הגיוני	הפרזנות	סולדיי																																																																																																																																																																																				
<table> <tr><td>2</td><td>x</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>2</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>3</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>4</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>5</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>6</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>7</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>8</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>9</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>10</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>11</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>12</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>13</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>14</td></tr> </table> <p>שלושות כמולים 3 טורים 432</p>	2	x	1		X	1		X	2	X	X	3	X	X	4	X	X	5	X	X	6		X	7	X	X	8	X	X	9	X		10	X		11	X	X	12	X	X	13	X	X	14	<table> <tr><td>2</td><td>x</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>2</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>3</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>4</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>5</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>6</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>7</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>8</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>9</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>10</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>11</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>12</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>13</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>14</td></tr> </table> <p>שלושות כמולים 8 טורים 256</p>	2	x	1		X	1		X	2	X	X	3	X	X	4	X	X	5	X	X	6		X	7	X	X	8	X	X	9	X		10	X		11	X	X	12	X	X	13	X	X	14	<table> <tr><td>2</td><td>x</td><td>1</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>1</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>2</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>3</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>4</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>5</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>6</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>7</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>8</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>9</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>10</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>11</td></tr> <tr><td>X</td><td></td><td>12</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>13</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>14</td></tr> </table> <p>שלושות כמולים 6 טורים 64</p>	2	x	1	X		1	X	X	2	X	X	3		X	4		X	5	X	X	6	X	X	7	X	X	8	X	X	9	X		10	X	X	11	X		12	X	X	13	X	X	14	<table> <tr><td>2</td><td>x</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>1</td></tr> <tr><td></td><td>X</td><td>2</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>3</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>4</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>5</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>6</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>7</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>8</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>9</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>10</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>11</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>12</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>13</td></tr> <tr><td>X</td><td>X</td><td>14</td></tr> </table> <p>שלושות כמולים 4 טורים 16</p>	2	x	1		X	1		X	2	X	X	3	X	X	4	X	X	5	X	X	6	X	X	7	X	X	8	X	X	9	X	X	10	X	X	11	X	X	12	X	X	13	X	X	14
2	x	1																																																																																																																																																																																					
	X	1																																																																																																																																																																																					
	X	2																																																																																																																																																																																					
X	X	3																																																																																																																																																																																					
X	X	4																																																																																																																																																																																					
X	X	5																																																																																																																																																																																					
X	X	6																																																																																																																																																																																					
	X	7																																																																																																																																																																																					
X	X	8																																																																																																																																																																																					
X	X	9																																																																																																																																																																																					
X		10																																																																																																																																																																																					
X		11																																																																																																																																																																																					
X	X	12																																																																																																																																																																																					
X	X	13																																																																																																																																																																																					
X	X	14																																																																																																																																																																																					
2	x	1																																																																																																																																																																																					
	X	1																																																																																																																																																																																					
	X	2																																																																																																																																																																																					
X	X	3																																																																																																																																																																																					
X	X	4																																																																																																																																																																																					
X	X	5																																																																																																																																																																																					
X	X	6																																																																																																																																																																																					
	X	7																																																																																																																																																																																					
X	X	8																																																																																																																																																																																					
X	X	9																																																																																																																																																																																					
X		10																																																																																																																																																																																					
X		11																																																																																																																																																																																					
X	X	12																																																																																																																																																																																					
X	X	13																																																																																																																																																																																					
X	X	14																																																																																																																																																																																					
2	x	1																																																																																																																																																																																					
X		1																																																																																																																																																																																					
X	X	2																																																																																																																																																																																					
X	X	3																																																																																																																																																																																					
	X	4																																																																																																																																																																																					
	X	5																																																																																																																																																																																					
X	X	6																																																																																																																																																																																					
X	X	7																																																																																																																																																																																					
X	X	8																																																																																																																																																																																					
X	X	9																																																																																																																																																																																					
X		10																																																																																																																																																																																					
X	X	11																																																																																																																																																																																					
X		12																																																																																																																																																																																					
X	X	13																																																																																																																																																																																					
X	X	14																																																																																																																																																																																					
2	x	1																																																																																																																																																																																					
	X	1																																																																																																																																																																																					
	X	2																																																																																																																																																																																					
X	X	3																																																																																																																																																																																					
X	X	4																																																																																																																																																																																					
X	X	5																																																																																																																																																																																					
X	X	6																																																																																																																																																																																					
X	X	7																																																																																																																																																																																					
X	X	8																																																																																																																																																																																					
X	X	9																																																																																																																																																																																					
X	X	10																																																																																																																																																																																					
X	X	11																																																																																																																																																																																					
X	X	12																																																																																																																																																																																					
X	X	13																																																																																																																																																																																					
X	X	14																																																																																																																																																																																					

## תחזית למחזור 45 בטומו

שמואל בנימין או משלס התערות  
שחקנים בעשר האדונים (10-1) שיעלה  
זאת את כצון הקדוה ושצברו  
האדונים וכל המא... סרלו  
10-1 אפציון - ורוביו... במשלה  
ז ונצח האדונים אפציון 10-1 ורוביו  
הפסידה ונצח במגלות אפרו סרלו  
כל בעריו בעריו משלס.  
10-1 נפסידיו - ונצח פיו... מש

## שיטה מיצומי צמח

[illegible]

**מסעדת** **ההרמז**

מאכלים בלקניים, אירוסאיים ומזרחיים  
פחוח 7 ימים בשבוע • ארוחה עסקית מלאה 19.50 ש"ח  
בשבתות וימים חופשיים 1/2 מחיר  
חניה בשפע - ארוחות לביהמ"ד - ארוצעים עד 100 איש  
רמ' התשמעמנא 25 טל' 555-0000

**פנוי, פנוי**

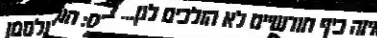
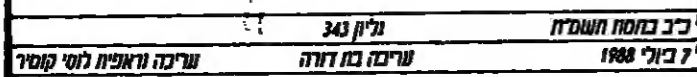
מטרתך לחקים ב  
שמותי פרטי  
ש' פנויים איכותי  
לארי שלוש  
(יום בשבוע)

**יזאן גלשני**  
**Tiga**

ריה - קרית מוצקין - חיפה. טל: 04-922801

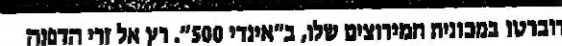
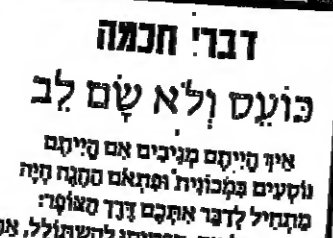
18 שנים עסקים





מחנך הספר "אמא אוהל" בהוצאת מור

ימים לי בחושבו  
 חשב אקום לא תקום מבחיות. קלי  
 מדברתי עם אלהי אחרון. אבל גם אחרון  
 אחרון לא מתנה ורני. רבששקח  
 ענה לה יפה אהם מדברי לוי  
 חתבו לה לזר השפלות פי. והוא  
 למחשתי וכל חשבוני מתנהג  
 פשוט חתשברי. וכל  
 לרש ערב קרב. וכל  
 חתונת משיבה גם  
 "תלמי אכזי אחרון פש"ת  
 מתנהג עד היום הזה. וכל  
 לעשות קר פחד. וכל  
 דברי קלוג דוד  
 וכלקום עולם בלא. חתמש.



# חזרה

[illegible][illegible]

מורים נז, מייסדה של הקבוצה, התיאש מהעלויות הכבדות של תחזיות פרומולה 1 והחליט להמירם עוגן ולחצות את האוקיינוס. הוא עבר לתחזיות "קארם" האמריקניות והומץ את רובו של ההצטרף אליו. חנה הצעיר חתער על המסלולים האמריקנים בנות הלבנה.

ההחלטות של משרד קאסר ו"ההיגיון" 300, המגדור החשוב המסמסר בין קאסר ובין החשובים ביותר, מסוגו, כעולם, הפעם הבחרה ב"ש" באיגור, וב-1984 כן ורודס נעשה למשה בשלשום הכוחות, העולם לא היה למשה המקומות הכריז. כשבת שיעור מ"ג ממו במסר ורע"א את הנחיה וקאסר אתו בקום השני.

משרד המבצעת ידעו כמסר אבר ביות. את שנינו מר"ע לכבות הכרזת מחשבות כמסר הכוחות, מר"ע מנעם העתים של איכו צורה ו"א אחת במהלך ההיגיון שלהם בארצות, ו"א מרד לעצרת שוור אמר, צוות איתר של כלם כוכב של, את הנחיה וקאסר אתו בקום השני.

במסגרת כנסת שערבר, במהלך מבחני צמיגים  
ל מלול האגרי, נשבר חלק ממיתלה האחורי של  
כמו. הרכב נעשה תוך עשירית שניה, כדור מותנת  
ולטטיט שיע במחירות לשמיים, גלגל קרמי ניתק  
עז ונחת על ראשו של רוברט. חומת כסח עקרה  
ההכרד המאפרער. הנהג מחוסר התכרה הוצע  
שוירי הרכב, והובחל לבית המלחיה. ארץ עומתה

**משפיע ספר**



